التداوى بالأعشاب

أحمد لطفى

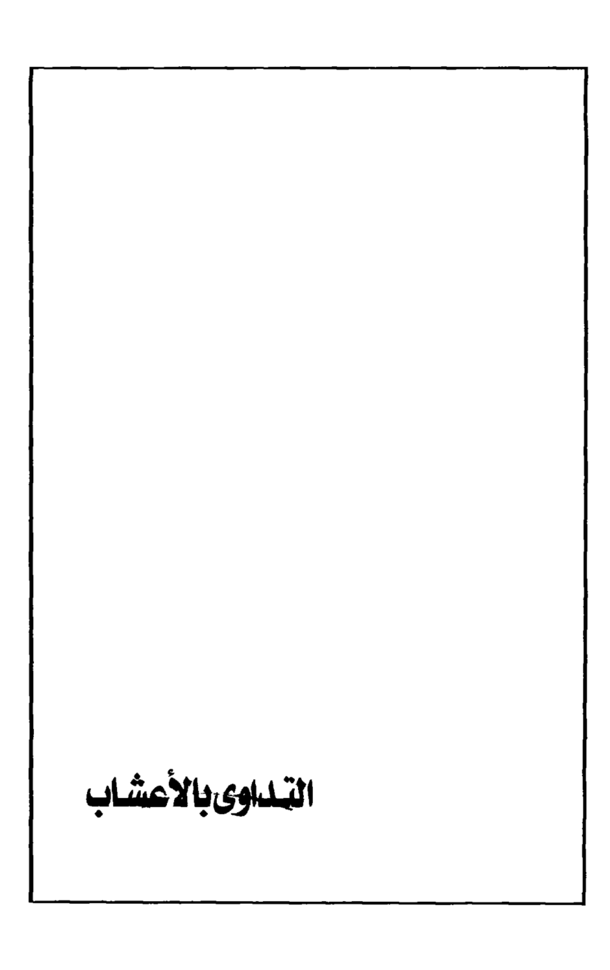
الأعمال العلمية

مكتبة 2000 الأسرة
مهرجان القراءة للجميع 2000
الهيئة المصرية العامة للكتاب

إهـــــداء2006

ورثة الكيميائي/ محمد فاروق الفران

الإسكندرية



التداوى بالأعشاب

اسم العمل الفنى : الهدهد ١٩٩٨ التقنيه : زيت على قماش

مقاس العمل : ٨٠ × ٦٥ سم

حامد عويس (١٩١٩) .

فنان رفيع القدر ، منح بصمة لاتنسى لحركة الفن المصرى منذ الخمسينات . وهو فنان اجتماعى الأسلوب ، ينحو سياق الموضوع عنده إلى التأكيد على أهمية «فن اشتراكى» . ومع ذلك فهو تعبيرى تمتلئ شخوصه بعافية فلاح مصرى مؤهل لاحتمال المصاعب . وبرغم أنه مصور حاذق إلاّ أن الخط ظل هو العنصر الحاسم فى تأطير عناصر كل شكل فى الصورة ، فهو مصور وَفِىٌ لفكرة الرسم فى انتاج العمل . ولاشك أن لوحاته الشهيرة التى تجسد الانتظار ، والعمال ، والحصاد هى بذاتها التى ماتزال تحمل حضورا استثنائياً يزداد فى الذاكرة الجمعية كلما مر الزمن.

أحمد فؤاد سليم

التداوى بالأعشاب

أحمد لطفى



مهرجان القراءة للجميع ٢٠٠٠
مكتبة الأسرة

برعاية السيدة سوزان مبارك

(الأعمال العلمية)

التداوى بالأعشاب

احمد لطفى

الغلاف
والإشراف الفنى:
الفنان : محمود الهندى

المشرف العام :
د . سمير سرحان

الجهات المشاركة:
جمعية الرعاية المتكاملة المركزية
وزارة الثقافة
وزارة الإعلام
وزارة التعليم
وزارة الإدارة المحلية
المجلس الأعلى للشباب والرياضة
التنفيذ : هيئة الكتاب

على سبيل التقديم

«كتاب لكل مواطن ومكتبة لكل أسرة» تلك الصيحة التى أطلقتها المواطنة المصرية النبيلة «سوزان مبارك» فى مشروعها الرائع «مهرجان القراءة للجميع ومكتبة الأسرة» والذى فجر ينابيع الرغبة الجارفة للثقافة والمعرفة لشعب مصر الذى كانت الثقافة والابداع محور حياته منذ فجر التاريخ.

وفى مناسبة مرور عشر سنوات على انطلاق المشروع الثقافى الكبير وسبع سنوات من بدء مكتبة الأسرة التى أصدرت فى سنواتها الست السابقة «١٧٠٠» عنواناً فى حوالى «٣٠» مليون نسخة لاقت نجاحاً واقبالاً جماهيرياً منقطع النظير بمعدلات وصلت إلى «٣٠٠» ألف نسخة من بعض إصداراتها.

وتنطلق مكتبة الأسرة هذا العام إلى آفاق الموسوعات الكبرى فتبدأ بإصدار موسوعة «مصر القديمة» للعلامة الاثرى الكبير «سليم حسن» فى «١٦» جزءاً إلى جانب السلاسل الراسخة «الابداعية والفكرية والعلمية والروائع وامهات الكتب والدينية والشباب» لتحاول أن تحقق ذلك الحلم النبيل الذى تقوده السيدة: سوزان مبارك نحو مصر الأعظم والأجمل.

د. سمير سرحان

بسم الله الرحمن الرحيم

الإهـــداء

إلى والـدىّ :

رب إرحمهما كما ربيانى صغيرا
رب أوزعنـــى أن اشكـــر نعمتــك
التى انعمت علىّ وعلىٰ والدىّ وأن
أعمـل صالحـــاً ترضـــاه وأدخلنى
برحمتـك فـــى عبـادك الصالحين
وأصلح لى فى ذريتى إنى تبت إليك
وإنى من المسلمين .

آمين يا رب العالمين

إستهلال PREFACE

بسم الله الرحمن الرحيم الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على المبعوث رحمة للعالمين سيدنا محمد رسول الله الصادق الوعد الأمين وعلى آله وصحبه أجمعين وعلى كل من سبقه من الأنبياء والمرسلين وبعد ؛ فقد قال محمد بن موسى الخوارزمى : « لم يزل العلماء فى الأزمنة الخالية والأُمم الماضية يكتبون الكتب مما يُصنفون من صنوف العلم ووجوه الحكمة نظراً لمن بعدهم وإحتساباً للأجر بقدر الطاقة ورجاء أن يلحقهم من أجر ذلك ذخرة ، ويبقى بهم من لسان الصدق ما يصغر فى جنبه كثير مما كانوا يتكلفونه من المؤونة ، ويحملونه من المشقة فى كشف أسرار العلم وغامضه ، وإما رجل سبق إلى مالم يكن مستخرجاً قبله فورثه من بعده ، إما رجل شرح مما أبقى الأولون ما كان مُستغلقًا ، فأوضح طريقه ، وسهل مسلكه ، وقرّب مأخذه ، وإما رَجُل وجد فى بعض الكتب خللاً فلمّ شعثه وأقام أزره وأحسن الظن بصاحبه غير راد عليه ولا مفتخر بذلك من فعل نفسه » .

INTRODUCTION مقـــــدمة

الطب المثلى ، الطب الشعبى ، الطب التقليدى ، الطب القديم ، الطب العربى ، الطب الأخضر ؛ كل هذه مسميات للدلالة على التداوى بالأعشاب .

والتطبب بالأعشاب قديم قدم الإنسان ، بل إن الله ـ عز وجل ـ خلق الأرض وما عليها من نبات قبل أن يخلق الإنسان . فالنبات هو الغذاء الرئيسى لكل الكائنات الحية . وشاء الله سبحانه وتعالى أن يجعل من النباتات غذاء ودواء . ووهب الطيور والحيوانات غريزة تهتدى بها إلى ما ينفعها من تلك النباتات كغذاء وإلى ما يصلح لها عند المرض كدواء .

قال الله ـ عز وجل ـ :

﴿ وَهُوَ ٱلَّذِىٓ أَنزَلَ مِنَ ٱلسَّمَآءِ مَآءً فَأَخْرَجْنَا بِهِۦ نَبَاتَ كُلِّ شَىْءٍ فَأَخْرَجْنَا مِنْهُ خَضِرًا نُّخْرِجُ مِنْهُ حَبًّا مُّتَرَاكِبًا وَمِنَ ٱلنَّخْلِ مِن طَلْعِهَا قِنْوَانٌ دَانِيَةٌ وَجَنَّٰتٍ مِّنْ أَعْنَابٍ وَٱلزَّيْتُونَ وَٱلرُّمَّانَ مُشْتَبِهًا وَغَيْرَ مُتَشَٰبِهٍ ۗ ٱنظُرُوٓا۟ إِلَىٰ ثَمَرِهِۦٓ إِذَآ أَثْمَرَ وَيَنْعِهِۦٓ ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكُمْ لَءَايَٰتٍ لِّقَوْمٍ يُؤْمِنُونَ ﴾ [سورة الأنعام آية ٩٩].

وحبى الله الوهاب ؛ الإنسان بالعقل وأمره بالملاحظة والبحث والدرس والتجربة والاستنتاج ؛ لكى يهتدى إلى الخواص الغذائية والطبية للنباتات .

ولم يترك الله العليم الخبير الناس فى ظلام الجهل والجهالة بل أيدهم برسل يعلمونهم ما خفى عنهم ويخرجونهم من الظلمات إلى النور .

قال تعالى : ﴿ كَمَآ أَرْسَلْنَا فِيكُمْ رَسُولًا مِّنكُمْ يَتْلُوا۟ عَلَيْكُمْ ءَايَٰتِنَا وَيُزَكِّيكُمْ وَيُعَلِّمُكُمُ ٱلْكِتَٰبَ وَٱلْحِكْمَةَ وَيُعَلِّمُكُم مَّا لَمْ تَكُونُوا۟ تَعْلَمُونَ ﴾ [سورة البقرة آية ١٥١].

وفى مسند الإمام أحمد ، من حديث زياد بن علاقة عن أسامة بن شريك ، قال : « كنت عند النبى ـ ﷺ ـ ، وجاءت الأعراب ، فقالوا : يا رسول الله ؛ أنتداوى ؟

فقال : نعم يا عباد الله ؛ تَداوَوْا ؛ فإن الله عز وجل لم يضع داءً إلا وضع له شِفاء ؛ غير داءٍ واحد .

قالوا : ما هو ؟

قال : الهرم .

وكان أمر النبى ـ ﷺ ـ : « تَداوَوْا » فى عصر لم تكن فيه الأدوية الكيميائية المعروفة اليوم موجودة . فكيف كان الناس يتداوون ؟! كانوا يتداوون بالأغذية وهى من النباتات والأعشاب ، وكذلك بعسل النحل الذى استخلصه النحل من الأعشاب والزهور وبالقرآن الكريم ؛ قال تعالى :

﴿ وَأَوْحَىٰ رَبُّكَ إِلَى ٱلنَّحْلِ أَنِ ٱتَّخِذِى مِنَ ٱلْجِبَالِ بُيُوتًا وَمِنَ ٱلشَّجَرِ وَمِمَّا يَعْرِشُونَ ۞ ثُمَّ كُلِى مِن كُلِّ ٱلثَّمَرَٰتِ فَٱسْلُكِى سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلًا يَخْرُجُ مِنۢ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ أَلْوَٰنُهُۥ فِيهِ شِفَآءٌ لِّلنَّاسِ ۗ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَءَايَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴾ [سورة النحل آية ٦٩] .

وقال تعالى :

﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّاسُ قَدْ جَآءَتْكُم مَّوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَآءٌ لِّمَا فِى ٱلصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ﴾ [سورة يونس آية ٥٧] .

وذكر الله فى القرآن الكريم الكثير من النباتات التى ثبت أن لها العديد من الفوائد الطبية ، مثل : الزنجبيل ، والكافور ، والثوم ، والبصل ، والتين والزيتون، والنخيل والأعناب والرمان ، والريحان ، وغيرها .

قال « المجوسى » الذى توفى سنة (٩٤٤) م فى كتابه « كامل الصناعة الطبية » : « إن أمكنك أن تعالج العليل بالغذاء فلا تعطه شيئاً من الدواء ، وإن أمكنك أن تعالج بدواء خفيف مفرد فلا تعالج بدواء مركب ، ولا تستعمل الأدوية الغريبة والمجهولة » .

وقال أبو بكر الرازى (٨٥٤ ـ ٩٣٢ م) فى كتابه « الحاوى » : « إن استطاع الحكيم أن يعالج بالأغذية دون الأدوية فقد وافق السعادة » .

وقال أيضاً : « إن العمر قصير عن الوقوف على فعل كل نبات الأرض ؛ فعليك بالأشهر مما أجمع عليه ؛ ودع الشاذ واقتصر على ما جرب » .

وقال ابن سينا (٩٨٠ ـ ١٠٣٧ م) : « فى حالة الأدوية المركبة فإن المجرّب منها خير من غير المجرّب ، وقليل الأدوية خير من كثيرها فى غرض واحد » .

طب الأعشاب عند قدماء المصريين

المصرى القديم عرف الأعشاب ودرسها ، وترك من البرديات الكثير مما يدل على أنه وقف على أسرار الأعشاب الطبية ، حيث وصف أكثر من مائتين وخمسين نباتاً ، منها : النعناع ، والكمون ، والبابونج ، واليانسون ، والزعتر وقال أن من خواصها أنها مدرة للبول . والتين والخروع والحنظل والصبر ، وهى ملينات . وقشر الرمان لطرد الديدان. وحب الهال - الحبهان - والشبت ؛ لفتح الشهية وللمساعدة على الهضم. والأفيون والسكران والخشخاش وهى نباتات مخدرة ومسكنة ولعل المصرى القديم استخدمها قبل إجراء العمليات الجراحية لتخدير المرضى . وعرفوا الثوم وفوائده ، وتم العثور على فصوص منه فى مقابر طيبة .

وفى ورقة طبية قديمة فرعونية عرفت باسم ورقة « زويجا » يقول المصرى القديم : « عندك قشر رمان فكسره واسحقه مع عصير العنب وادهن به آثار الجرب فى الجلد فإنه يزيله » . كما أنهم استخدموا الاعشاب ؛ وما استخلصوه منها فى عملية التحنيط .

قال ابن البيطار : « إن قدماء المصريين كان الطب عندهم منذ آلاف السنين مشابها للطب القديم والحديث كل المشابهة ؛ من ناحية تحضير

البذور والنبات والعقاقير والحشائش والمواد من كل الوجوه بحسب ما شاهدوه وأدتهم إليه فطرتهم ، وبعد أن اجتمعت لهم أشياء كثيرة بالتأمل فاستخرجوا عللها والمناسبات التى بينها فحصلوا على قوانين كلية ومبادىء منها يبتدأ بالتعلم والتعليم وإلى ما أدركوه منها ينتهى فعند الكمال يتدرج فى التعليم من الكليات إلى الجزئيات ، وعند استنباطها يتدرج من الجزئيات إلى الكليات » .

وسجلت إحدى البرديات التى تحدثت عن أسطورة « إيزيس وأوزوريس » الكلمات التى ذكرتها « إيزيس » ؛ لشفاء الطفل «حورس» بعد أن أشعل الكهنة النار فيه ؛ تقول البردية : « اخرج يا من تأتى فى الظلام وتدخل خلسة ، هل أتيت لتقبل هذا الطفل ؟ لن أسمح لك بتقبيله ، هل أتيت لتأخذه ؟! لن أسمح لك بأخذه منى ؛ لقد حصنته منك بعُشب أفيث الذى يؤلمك ، وبالبصل الذى يؤذيك ، وبالشهد الذى هو حلو المذاق للأحياء وَمُر فى فم الأموات . . . ». ويتضح من الكلمات المذكورة أن قدماء المصريين استخدموا الأعشاب فى شفاء المرضى وكذلك فى عملية التحنيط التى برعوا فيها .

طب الأعشاب الصينى

أو الطب التقليدى الصينى ، وهو من أقدم النظم الطبية فى العالم ويشمل ـ بالإضافة إلى الأعشاب ـ الوخز بالإبر والتشييح والعلاج باللمس ؛ أو الوخز بالأصابع .

ويستخدم فى عدة دول أخرى كاليابان ، وسنغافورة ، وفيتنام ، وماليزيا ، وكوريا ، وكذلك الهند وغيرها .

وفى الصين حوالى (2170) مستشفى للعلاج بالطرق التقليدية وما يزيد على (600) مصنع لتحضير الأعشاب كأدوية وعلاجات .

ومن أهم النباتات ذات الفوائد الطبية فى الصين وكوريا نبات الجنسنج (GINSENG) والكلمة مكونة من مقطعين ؛ «جين» وتعنى الإنسان ، و« سنج » وتعنى الحياة ، وهى نبتة استخدمها الأطباء اليونانيون قديماً لعلاج كثير من الأمراض . وهى تشبه فى تكوينها جسم الإنسان ويبلغ طول النبتة بالإضافة إلى جذورها الدرنية حوالى (25) سنتيمترا . منها نوع أبيض وهو النوع الشائع ، ونوع أحمر، وهو نوع نادر.

ومن الفوائد الطبية لنبتة الجنسنج ، أنها تستخدم فى علاج هبوط ضغط الدم ، وتقوم بتنشيط خلايا الجسم دون إثارتها ، وتعالج الأمراض الالتهابية . ويمكن الحصول عليها مسحوقة حيث تُشرب بعد غليها ـ كالشاى ـ مع إضافة العسل أو ما يقوم مقامه للقضاء على مرارة طعمها . وهى موجودة ضمن محتويات كثير من الأدوية المعروفة اليوم .

طب الأعشاب عند العرب

قال سينوبوس : « إن المسلمين استعملوا جميع أنواع الزراعة ، وحملوا كثيراً من النباتات إلى صقلية وأسبانيا ، وربوها فى أوربا ؛ فأحسنوا تربيتها حتى تظنها متوطنة ، ومثل ذلك : الأرز والزعفران والعنب والمشمش والبرتقال والنخل والهليون ، والبطيخ الأصفر ـ الشمام ـ والعنب ، والعطر والورد الأزرق والأصفر ، والياسمين ، والقطن والقصب » .

ابن البيطار (٥٧٥-٦٤٦هـ) (١١٩٧-١٢٤٨م)

هو أبو محمد عبد الله بن أحمد ضياء الدين الأندلسى المالقى . إمام العشابين وشيخ علماء النبات . الذى عاش فى القرن الثانى عشر الميلادى . قال المؤرخون أنه أعظم عالم نباتى حتى القرون الوسطى ، وكتبوا عنه : « ضياء الدين بن البيطار هو الحكم الأجل العالم النباتى ، أوحد زمانه ، وعلامة وقته فى معرفة النبات وتحقيقه واختياره ومواضع نباته ونعت أسمائه على اختلافها وتنوعها » .

درس الأعشاب ووقف على أسرارها الطبية ونبغ فى الأقرباذين نتيجة لذلك ، وحوت مؤلفاته ما يزيد على (١٥٠٠) عقار اكتشفها نتيجة

لدراساته على النباتات والأعشاب ، ومن كتبه :

(١) مفردات بن البيطار أو « الجامع لمفردات الأدوية والأغذية »

(٢) الدرة البهية ، أو « مختصر الجامع فى الأدوية المفردة »

(٣) المغنى فى الأدوية المفردة .

(٤) شرح أدوية كتاب ديسقوريدس .

(٥) ميزان الطبيب .

(٦) الإبانة والإعلام بما فى المنهاج من الخلل والأوهام .

وترجمت مؤلفات ابن البيطار إلى اللغات الأجنبية ، ومنها كتابه «الجامع» الذى ترجمه « لوكلير » إلى اللغة الفرنسية وقال عنه : « أن ابن البيطار أدخل ما يربو على الثمانين فى العقاقير والمفردات الطبية » .

قال ابن البيطار ؛ أن الطب له ثلاثة أحوال :

(١) التجربة .

(٢) الإلهام .

(٣) المصادفة والاتفاق .

فيروى أن امرأة كانت بمصر مبتلاة بأمراض كثيرة ، منها ضعف المعدة وامتلاء الصدر ـ وأخلاط رديئة ـ واحتباس حيضها ـ فاتفق أن أكلت نبات « الراسين » مَرات ؛ فذهب عنها جميع ما كان بها ، ورجعت إليها صحتها ، وقد استعمل المرضى نبات « الراسين » فبرئوا من هذا المرض .

قال ابن أبى أصيبة : « إن بعض خلفاء المغرب مرض مرضاً طويلاً وتداوى كثيراً فلم ينتفع بها ، فرأى فى بعض الليالى النبى - ﷺ - فى نومه، فشكى له ما يجده ، فقال - ﷺ - : « ادهن بلا ، وكل لا تبرأ » ، فلما انتبه من نومه بقى متعجباً من ذلك ، ولم يفهم ما معناه ولم يفهم المعبرون عنه شيئاً ؛ إلا على بن أبى القيروانى رحمه الله فإنه قال : يا أمير المؤمنين إن النبى - ﷺ - أمرك أن تدهن بالزيت - زيت الزيتون - وتأكل منه ؛ فتبرأ ؛ لأن الله يقول : ﴿ من شجرة مباركة زيتونة لا شرقية ولا غربية ﴾ . فلما استعمل ذلك صح وشفى .

وفى كتاب « التيسير » قال عبد الملك بن زهر : « إننى كنت قد اعتل بصرى ، وعرض على انتشار فى الحدقتين دفعة فُشغل بذلك بالى فرأيت فيما يرى النائم من كان فى حياته يعنى بأعمال الطب ؛ فأمرنى بالاكتحال بدهن الورد ، وكنت لم أزل طالباً لم يكن لى حنكة فى الصناعة ، فأخبرت أبى فنظر فى الأمر ملياً ثم قال : استعمل ما أمرت به فى نومك فانتفعت بـه ، ثـم لم أزل أستعمله إلى أن صنفت كتـاب « تقويـة الأبصـار » .

قال أبقراط : « إن الهوام ترعى بذر الرازيانج الطرى ليقوى بصرها .

إن البازى إذا اشتكى جوفه عمد إلى طائر معروف يسميه الإغريق «ذريفوس » فيصيده ويأكل من كبده فيسكن وجعه فى الحال .

وقال ابن القيم الجوزية فى « الطب النبوى » أن السنانير - القطط - إذا أكلت ذوات السموم ؛ تعمد إلى السراج ؛ فتلغ فى الزيت تتداوى به . وأن الحيات إذا خرجت من بطون الأرض - وقد غشيت أبصارها - تأتى

إلى ورق الرازيانج[1]؛ فتمرّ عيونها عليها إذا خرجت بعد الشتاء لاستضاءة العين .

أبو بكر الرازى :

« أبو بكر محمد بن زكريا الرازى » الذى ولد فى النصف الأخير من القرن الثامن الميلادى بالقرب من طهران . من أقواله : « إن الإنسان لو عمر ألف سنة ، واكتفى فيها بمشاهداته واختباراته الخاصة لما استطاع أن يحيط علماً بما وصل إليه الإنسان بتعاقب الأزمنة واختلاف الديار ، فهو مضطر لذلك لإنارة بصيرته بعلوم الغير » .

وقال : « إذا كان الطبيب عالماً والمريض مطيعاً فما أقل لبث العلة وسرعة الشفاء » .

وقال : « من واجب الطبيب أن يوهم المريض أن صحته جيدة وأن الشفاء قريب ، وإن لم يثق بذلك ، فمزاج الجسم تابع لأخلاق النفس» .

وكان الرازى من رواد الطب التجريبى واختار القرود ليجرى عليها تجاربه قبل تجربتها على الإنسان .

قال ابن الجوزى ـ أبو الفرج بن على بن الجوزى ـ فى كتابه « الأذكياء » حكاية تدل على مهارة وذكاء الرازى ؛ « حدثنا بعض الأطباء الثقات أن غلاماً من بغداد قدم الرى ، فلحقه فى طريقه أنه كان ينفث الدم ،

---

(١) الرازيانج هو الشمر .

فاستدعى أبا بكر الرازى الطبيب المشهور بالحذق ، فأراه ما ينفث ، ووصف له ما يجد ، فنظر إلى نبضه وقارورته ، واستوصف حاله ، فلم يقم له دليل على سُل ولا قرْحة ، ولم يعرف العلة . .

فاستنظر العليل ـ طلب منه مهلة ـ لينظر فى حاله ، فاشتد الأمر على المريض ، وقال : هذا يأس لى من الحياة ؛ لحذق المتطبب وجهله بالعلة؛ فزاد ألمه ، ففكر الرازى ، ثم عاد إليه ، فسأله عن الماء الذى شرب ، فقال : من صهاريج ومسقات ، فثبت فى نفس الرازى بحدة خاطره ، وجودة ذكائه ؛ أن علقة كانت فى المياه ، وقد حصلت فى معدته ، وذلك الدم من فعلها ، فقال : إذا كان غدٍ عالجتك ، ولكن بشرط أن تأمر غلمانك أن يطيعونى فيك بما آمرهم ، فقال : نعم . فانصرف الرازى فجمع مركنين كبيرين من طُحلب ، فأحضرهما فى غدٍ معه ، فأراه إياهما وقال : ابلع ما فى هذين المركنين ، فبلع شيئاً يسيراً ثم توقف ، فقال له : ابلع . قال : لا أستطيع . فقال للغلمان : خذوه فأقيموه ، ففعلوا به ذلك ، وطرحوه على قفاه ، وفتحوا فاه ، فأقبل الرازى يدس الطُحلب فى حلقه ويكبسه كبساً شديداً ، ويطالبه ببلعه ويتهدده بأن يُضرب إلى أن بَلّعه كارهاً أحد المركنين بأسره ، والرجل يستغيث ، ويقول : الساعة قذف . فزاد الرازى فيما يكبسه فى حلقه ، فزرعه القيء ، فتأمل الرازى ما قذف فيه ؛ فإذا فيه علقة ، وإذا هى لما وصل إليها الطُحلب ؛ قربت إليه بالطبع ، وتركت موضعها ؛ فالتفت على الطُحلب ، ونهض العليل معافى » .

وكان للعرب الفضل فى فصل الصيدلة عن الطب ؛ على أن يلم الصيدلى بعلوم الطب ، وأن يلم الطبيب بعلوم الصيدلة إذ قال الرازى فى

كتابه « الحاوى » : « إن الصيدلة ليست من صنعة الطبيب ؛ بل لها شخص خاص مختص بها . . . وأن الصيدلة صناعة خادمة للطب . . . ولا يستطيع إلا القليل من الأطباء الحذاق أن يعرفوا تفاصيل الصيدلة والصناعات الأخرى الخادمة للطب » .

ومن كتب الرازى :

(١) كتاب : سر الأسرار

(٢) كتاب : المنصورى فى الطب

وفى كتابها ؛ « شمس العرب تسطع على الغرب » تقول « سجريد هونكه » : « لقد فضل العرب محضر الدواء ـ الصيدلى ـ عن واصفه ـ الطبيب ـ وأوجدوا مهنة الصيدلانى الذى ارتفع إلى مركز عال بفضل علومه ومسئوليته الخاصة » .

ويقول « ول ديورانت » فى كتابه ؛ « قصة الحضارة » : « كان المسلمون أول من أنشأ مخازن الأدوية . . وأن الفضل يعود للعرب والمسلمين فى تأسيس أول مدرسة للصيدلة ووضع التآليف الممتعة فيها» .

البغـدادى

« موفق الدين عبد اللطيف البغدادى » الذى ولد فى بغداد فى أوائل القرن الحادى عشر الميلادى . نبغ فى النبات وأجاد وصفه ودراسته قال عن البلسان :

« يوجد فى مصر بعين شمس فى موقع محاط عليه محتفظ به مساحة سبعة أفدنة ، وارتفاع شجرته نحو ذراع ، وعليه قشران ؛ الأعلى أحمر خفيف ، والأسفل أخضر ثمين ، ويستخرج منه دهن ذو رائحة عطرة غالى الثمن يُباع بضعف وزنه فضه ، ودهن البلسان يستخدم فى الطب ، ولا يوجد إلا فى مصر ، ويؤخذ الدهن بطريقة تحتاج إلى مهارة وخبرة ، ويجمع ويوضع فى زجاجات تسد سداً محكماً وتدفن فى الأرض إلى فصل الصيف فتعرض للشمس ، فيطفو على سطحها دهن يجمع ويستعمل فى شفاء بعض الأمراض المستعصية » .

ووصف « الجميز » فقال : « تخرج ثمرته من الخشب لا تحت الورق ، ويخلف فى السنة سبعة بطون ، ويؤكل أربعة أشهر ، وشجرته كبيرة ؛ كشجرة الجوز العاتية ، ويخرج من ثمرته وغصنه إذا فصدت لبن أبيض ؛ إذا طلى على ثوب أو غيره صبغه بلون أحمر ، والجميز بارد رطب ردىء للمعدة ، ولبن شجرته يلصق الجراح ، ويفش الأورام ، ويلطخ على لسع الهوام » .

أعشاب ونباتات أجريت التجــارب عليها وثبتت فوائدهـا الطبيــة

الثـــوم

فى اختبار صينى على الخواص الطبية للنباتات ، تم علاج (16) حالة من حالات الالتهاب السحائى الذى يسببه فطر يسمى CRYPTO-COCCUS NEOFORMAN ، وعلاجه المعروف هو الـ (AMPHOTERICINE) وهو يتطلب زمناً طويلاً وتكلفة مرتفعة كما أنه يترك آثاراً جانبية خطيرة .

إلا أن العلاج الجديد كان بالثوم ؛ الذى يعالج الكثير من الأمراض منها ؛ العدوى المعوية البكتيرية والطفيلية ، وارتفاع ضغط الدم ، وزيادة السكر فى الدم ، وتصلب الشرايين والأورام السرطانية . ومن أجل ذلك قاموا بتحضير الثوم فى دواء يسمى ALIUN SATIOUM . كما قام العلماء الروس باستخلاص مضاد حيوى يُدعى (ALLICINE) وأطلقوا عليه اسم : « البنسلين الروسى » .

كما اكتشف العاملون فى اليونسكو أثناء تجوالهم فى « التبت » ألواحاً من الفخار فى أنقاض أحد الأديرة القديمة تحتوى على وصفة لإعادة الشباب إلى الكائن الحى . والطريقة المذكورة بسيطة جداً ونتائجها فعالة للغاية ، وهى كالتالى :

١ ـ يتم سحق (350) جراماً من الثوم (بعد غسلها وفرمها جيداً) بواسطة قطعة من الخشب أو الفخار .

٢ ـ يؤخذ (200) جراما من عصير الثوم فى إناء فخارى ويضاف إليه (200) جرام من الكحول النقى ويغلق الإناء بإحكام ويوضع فى مكان رطب ومظلم لمدة (10) أيام .

٣ ـ يتم ترشيح المستحضر من خلال قطعة سميكة من القماش ثم يُرج جيداً ويترك لمدة من (2) إلى (3) أيام .

ثم يتم تناول المستحضر على هيئة نقاط تضاف إلى (50) جراما من اللبن البارد ، للجرعة الواحدة (3) مرات يومياً ، قبل الأكل بعشرين دقيقة ، وفقاً للجدول الآتى : ـ

اليوم	عدد نقاط مستحضر الثوم		
	الإفطار	الغداء	العشاء
الأول	١	٢	٣
الثانى	٤	٥	٦
الثالث	٧	٨	٩
الرابع	١٠	١١	١٢
الخامس	١٣	١٤	١٥
السادس	١٥	١٤	١٣
السابع	١٢	١١	١٠
الثامن	٩	٨	٧
التاسع	٦	٥	٤
العاشر	٣	٢	١

وبداية من اليوم الحادى عشر يتم تناول (٢٥) نقطة من المستحضر على اللبن إلى أن ينفد المستحضر .

وقال الأطباء أن هذا المستحضر يُحَسِن البناء الحيوى العام ويزيل رواسب الدهون والجير ، ويعيد مرونة الأوعية الدموية وبذلك يمنع تكون الجلطة وضيق الأوردة وتصلب الشرايين والأورام والشلل ، كما أنه يُحسِن النظر .

ويتم تكرار العلاج بهذا المستحضر بعد خمس سنوات وليس قبل ذلك .

والثوم من الفصيلة الزنبقية التى تتميز بأن معظم نباتاتها أعشاب معمرة ذوات درنات أو كورمات أو أبصال . ويحتوى الثوم على ما يقرب من ٢٥ ,٠٪ زيوت طيارة صفراء ، ومواد صمغية ، وكم بسيط من الدهون ، ويتميز برائحته النفاذة . وهو قريب من البصل ، وفى الحديث : « من أكلهما فليُمتهما طبخاً » . وإذا مُضغ بعده ورق السذاب ؛ أَذْهب رائحته من الفم . والثوم يحتوى على مادة شبيهة بالبنسلين ؛ ولذلك اكتسب أهمية كبيرة فى علاج الدوستاريا الأميبية ، ويدخل فى كثير من المستحضرات الطبية ويكون على شكل شراب أو أقراص أو غيرها .

ويساعد الثوم القناة الهضمية على التخلص من المواد السامة وله مفعول مطهر للمعدة ويقضى على الميكروبات الكائنة فيها ، ويعالج كسل الأمعاء والصداع الناتج عن ذلك ؛ إذ يقوم بتنشيط حركة الجهاز الهضمى . كما يُستعمل لتخفيض ضغط الدم المرتفع ، ويدر البول ،

ويعمل كطارد للبلغم والدود وينفع من وجع الصدر من البرد ، وينفع من تغير المياة ، والسعال المزمن ، ويؤكل نيئاً ومطبوخاً ومشوياً ، ويحفظ صحة أكثر الأبدان .

وإذا طُبخ الثوم بالماء أو اللبن وجُعل على الدمامل ؛ فجرها . وإذا خُلط بالعسل وطلى به ؛ أبرأ البثور الخبيثة وقروح الرأس الرطبة ، والبهق. والثوم جيد ومفيد لأصحاب النقرس ووجع المفاصل ومشويه ينفع من وجع الأسنان .

الثـــوم والسـرطــان

قامت باحثة فى احدى الجامعات بدراسة دقيقة حول الثوم الطازج فأثبتت أن بالثوم مادة بيضاء متبلورة تُسَمَى «الإلِيين» وهى مادة فعالة ضد السرطان .

وعلى مدى ستة أشهر قامت الباحثة العالمة بحقن فئران التجارب بهذه المادة ، وراقبت النتائج وفى النهاية اثبتت المادة فعاليتها فتراجع النمو السرطانى فى الفئران المصابة بالسرطان بنسبة حوالى (67%) وانخفضت نسبة الوفيات من (100%) إلى صفر فى المائة .

هذا بالإضافة إلى فعالية مادة « الإليين » كمضاد حيوى لعلاج الأمراض الجلدية ، مثل : البرص والسنطة ، وعلاج النزلات المعوية والدوسنتاريا .

البصـــــل

قال تعالى : ﴿ وَإِذْ قُلْتُمْ يَـٰمُوسَىٰ لَن نَّصْبِرَ عَلَىٰ طَعَامٍ وَٰحِدٍ فَٱدْعُ لَنَا رَبَّكَ يُخْرِجْ لَنَا مِمَّا تُنۢبِتُ ٱلْأَرْضُ مِنۢ بَقْلِهَا وَقِثَّآئِهَا وَفُومِهَا وَعَدَسِهَا وَبَصَلِهَا ۖ قَالَ أَتَسْتَبْدِلُونَ ٱلَّذِى هُوَ أَدْنَىٰ بِٱلَّذِى هُوَ خَيْرٌ ۚ ٱهْبِطُوا۟ مِصْرًا فَإِنَّ لَكُم مَّا سَأَلْتُمْ ﴾

[سورة البقرة آية ٦١].

روى أبو داود فى سننه : عن عائشة رضى الله عنها : أنها سُئلت عن البصل ، فقالت : « إن آخر طعام أكله - ﷺ - كان فيه بصل » .

وثبت عنه فى الصحيحين : « أنه منع آكله من دخول المسجد »

وفى السنن : « أنه - ﷺ - أمر آكله وآكل الثوم : أن يُميتهما طبخاً».

البصل يقوى المعدة وينعشها ، والمطبوخ من البصل ينفع من اليرقان والسعال وخشونة الصدر ، ويدر البول ، ويلين الطبيعة . وإذا شوى ولصق على الدمامل أنضجها ولينها وفتحها وأنقاها من الدم والمادة .

ومن أصابه الرعاف[1]؛ فليسحق حصالبان[2] ويربه بماء البصل ويشرب منه قطنة ويضعها على أنفه فينقطع الرعاف . وكل من بلى بداء الثعلب فى ذقنه أو شعره فعليه ببذر البصل ؛ يسحقه مع الكمون الأسود ويربهما فى الزيت الطيب ـ زيت الزيتون ـ ويدهن به موضع داء الثعلب ؛ فإنه يبرأ.

وكل من شرب دواءً مُسهلاً وابتلى بالقيء والغثيان فليشم البصل ؛ يذهب عنه ذلك .

وإذا قطر البصل فى الأذن التى ثقل سمعها ؛ ذهب ما بها من الضرر والطنين والقيح .

وكل من بلى بالثآليل ـ السنط ـ فى أصابعه ؛ فعليه ببذر البصل ؛ يسحقه مع الملح ، ويربه فى الخل ويدهن به الثاليل ؛ فتذهب .

وإذا كان الإنسان مسافراً فى الحر فليشم بصلة ولا يأكل منها شيئاً فتدفع عنه ضرر ريح السموم .

وإذا أكل طازجاً ؛ أفاد فى علاج النزلات المعوية ، وتطهير القناة الهضمية ، وفى تخفيض نسبة الكولسترول فى الدم .

ومن أضرار البصل :

أنه يورث الشقيقة ، ويصدِّع الرأس ، ويولد أرياحاً ويظلم البصر . وكثرة أكله ؛ تورث النسيان ، ويغير رائحة الفم والنكهة ، ويؤذى الجليس والملائكة . وإماتته طبخاً تذهب بهذه المضرات عنه .

---

(١) الرعاف النزيف الأنفى .

(٢) حصالبان Rosmary

قال بن ماسَويْه فى كتابه « المحاذير » : « من أكل البصل أربعين يوماً، وكَلِف وجههُ ، فلا يلومَنَّ إلا نفسه » . قال أبقراط : « كل كثير فهو مُعَادٍ للطبيعة » .

ومن المعروف أن أكل البقدونس بعد الثوم والبصل يساعد على إزالة رائحتهما من الفم .

حكمــة

أخى لن تنال العلم إلا بستة سأنبيك عن
مجموعها ببيان ذكاء وحرص واصطبار وبلغة
وصحبة أستاذ وطول زمان

النخــــــل

قال تعالى : ﴿ فَأَجَاءَهَا الْمَخَاضُ إِلَىٰ جِذْعِ النَّخْلَةِ قَالَتْ يَا لَيْتَنِي مِتُّ قَبْلَ هَٰذَا وَكُنتُ نَسْيًا مَّنسِيًّا ۞ فَنَادَاهَا مِن تَحْتِهَا أَلَّا تَحْزَنِي قَدْ جَعَلَ رَبُّكِ تَحْتَكِ سَرِيًّا ۞ وَهُزِّي إِلَيْكِ بِجِذْعِ النَّخْلَةِ تُسَاقِطْ عَلَيْكِ رُطَبًا جَنِيًّا ۞ فَكُلِي وَاشْرَبِي وَقَرِّي عَيْنًا فَإِمَّا تَرَيِنَّ مِنَ الْبَشَرِ أَحَدًا فَقُولِي إِنِّي نَذَرْتُ لِلرَّحْمَٰنِ صَوْمًا فَلَنْ أُكَلِّمَ الْيَوْمَ إِنسِيًّا ﴾ [سورة مريم آية ٢٣ ، ٢٤ , ٢٥ , ٢٦] .

استدل البعض ـ من هذه الآيات ـ على الشهر الذى ولد فيه المسيح ـ عيسى عليه السلام ـ وعلى أهمية البلح الرطب ـ الناضج ـ المرأة الحامل والمرضع والنفساء .

والنخل نبات من العائلة النجيلية (PALMAE) والاسم العلمى لنخيل البلح هو (PHOENIX DACTYLIFERA) ، والنخل كله فوائد؛ وفى الصحيحين ، عن ابن عمر رضى الله عنهما ، قال : « بينا نحن عند رسول الله ـ ﷺ ـ (جلوس) : إذ أُتى بجُمار نخلة ، فقال

النبى - ﷺ - : إن من الشجر شجرة مثلُها مثل الرجل المسلم ؛ لا يسقط ورقها ؛ أخبرونى : ما هى ؟ فوقع الناس فى شجر البوادى . فوقع فى نفسى : أنها النخلة ، فأردت أن أقول : هى النخلة ؛ ثم نظرتُ فإذا أنا أصغَرُ القوم سناً : فَسَكتُ . فقال رسول الله - ﷺ - : هى النخلة . فذكرت ذلك لعمر ، فقال : لأن تكون قلتها أحبُ إلىّ من كذا وكذا » .

شُبهت النخلة بالمسلم لكثرة خيرها ودوام ظلها ، وطيب ثمرها ووجوده على الدوام .

وثمرها - البلح - يؤكل رطباً ، ويابساً - تمراً - ويانعاً وهو غذاء ودواء ، وقوت ، وحلوى ، وشراب وفاكهة . وجذوعها للبناء والآلات والأوانى ويتخذ من خوصها : الحُصُر والمكاتل - جمع مكتل - والأوانى والمراوح ، والسلال وأقفاص الفاكهة والخضروات ومن ليفها : الحبالُ والحشايا والمكانس ونواها عَلْف للإبل ، ويدخل فى الأدوية والأكحال .

البلح ؛ يحتوى على كميات كبيرة من فيتامين (ب) و (أ) و (ج) ويحتوى على مواد سكرية تصل نسبتها إلى (70,6%) ومواد دهنية بنسبة (3%) ، ومواد بروتينية بنسبة (2%) ونسبة من الألياف (10%) ونسبة من الماء (13,8%) ، وأملاح معدنية قلوية بنسبة (2%) وهى أملاح البوتاسيوم والكالسيوم بالإضافة إلى عنصر الحديد .

الفوائد الطبية للبلح :

يساعد على تخليص الدم من السموم ومن الحموضة الزائدة فيه ، ويساعد على تكوين كرات الدم الحمراء ، وعلى الوقاية من البلاجرا ،

ويستطيع الجسم تحويل السكريات الموجودة بالبلح إلى سكر أحادى ـ جلوكوز ـ فتصبح مفيدة فى إمداد الجسم بالطاقة . والبلح الأخضر يلصق الجراحات الطرية .

قال داود الأنطاكى عن البلح : « اسم لثمرة النخل إذا كانت فى المرتبة الرابعة ، فإذا نضج فهو البسر ، ثم الرطب ، ثم التمر . والبلح فى النخل كالحصرم فى الكرم ـ العنب ـ وأجوده الأخضر المشرب بالحمرة الرقيق الصغير النوى ، القابض لعضل اللسان بحلاوة ، وهو يقوى المعدة والكبد ، ويقطع الإسهال المزمن والقىء الصفراوى ، وإدرار البول، ويطيب العرق ، ويشد العصب المسترخى . . . » .

نوى البلح : يحتوى على زيت أجود من زيت بذرة القطن . وإذا أحرق نوى البلح واكتحل به أحد البصر ، وسود العين وأنبت هدب العين.

وإذا اطبخ نوى التمر ، وشرب فَتَّتَ الحصاة . ويصلح إذا أُحُرق فى لصق الجراحات الرطبة ويلحم الجروح . ويحتوى النوى على (5 ,62 %) كربوهيدرات ، و (5 و8 %) دهون ، و (5 و5 %) بروتين ، و (16%) ألياف و (1,5%) رماد ، و (3 و9 %) حمض الميريستك ، و (24%) حمض اللوريك ، و (10%) حمض البالمتيك ، و (25%) حمض الأولييك، واللينوليك ، و (2 و 3 %) حمض السيتريك .

الجُمّار (قلب النخل) :

وهو المأخوذ من بطن النخل ؛ ينفع من خشونة الحلق ، ويمنع الإسهال بنزف الدم ـ الدوسنتاريا ـ وينفع من الحرارة والصفراء ويصلحه

ويزيد فى فائدته مربى الزنجبيل . وينفع من نفث الدم واستطلاق البطن ، وغلبة المِرة الصفراء وثائرة الدم وهو بطىء الهضم .

التمر (البلح الجاف) :

ثبت فى الصحيح عنه - ﷺ - : « من تصبح بسبع تمرات (وفى لفظ : من تمر العالية) ، لم يضره ذلك اليوم سُم ولا سحر » . وثبت عنه أنه قال : « بيت لا تمر فيه جياع أهله » . وثبت عنه أنه أكل التمر مفرداً ، وأكله بالخبز ، وأكله بالزبد .

والتمر ؛ مقو للكبد ، ملين للطبع ؛ يزيد فى الباه ؛ ولا سيما مع حب الصنَوْبر ، ويُبرىء من خشونة الحلق . ومن لم يعتذه - كأهل البلاد الباردة - فإنه يورث السدد ويؤذى الأسنان ويهيج الصداع ، ودفع ضرره باللوز والخشخاش . وهو من أكثر الثمار تغذية للبدن ، وأكله على الريق يقتل الدود - إذ أن فيه قوة ترياقية ؛ فإذا أُديم استعمالُه على الريق ؛ جفف مادة الدود وأضعفه وقلله أو قتله . وهو فاكهة ودواء وشراب وحلوى .

قال عنه داود الأنطاكى : « هو المرتبة السابعة من ثمر النخل وهو مختلف كثير الأنواع كالعنب حتى سمعت أنه يزيد على خمسين صنفاً ، وأجوده الأبيض العراقى الرقيق القشر الكثير الشحم ، الحلو النضيج ، الذى إذا مضغ كان كالعلك . وأكثر ما ينشأ بالبلاد الحارة اليابسة التى يغلب عليها الرمل كالمدينة الشريفة والعراق ، وأطراف مصر . . يقطع السعال المزمن وأوجاع الصدر ، ويستأصل شأفة البلغم خصوصاً إذا أكل على الريق فينفع من الفالج واللقوة والمفاصل عن برد ويغذى كثيراً ويولد الدم القوى ويصلح أوجاع الظهر ، ويقوى الكلى المهزولة . . » .

العنب GRAPES

قال تعالى :

﴿ أَيَوَدُّ أَحَدُكُمْ أَن تَكُونَ لَهُۥ جَنَّةٌ مِّن نَّخِيلٍ وَأَعْنَابٍ تَجْرِى مِن تَحْتِهَا ٱلْأَنْهَٰرُ لَهُۥ فِيهَا مِن كُلِّ ٱلثَّمَرَٰتِ ﴾

[سورة البقرة آية : ٢٦٦].

والعنب يتبع عائلة (VITACEAE) المشتملة على عدة أجناس تصل إلى (11) جنسا ، أهمها (VITIS) المشتمل على الأصناف الأوروبية والأمريكية من العنب .

ويُذكر عن رسول الله ـ ﷺ ـ : « أنه كان يُحبُّ العنبَ والبطيخ »

وقد ذكر الله سبحانه وتعالى . . العنب ـ فى ستة مواضع فى القرآن الكريم ـ فى جملة نعمه التى أنعمها على عباده ؛ فى الدنيا وفى الآخرة . وهو من أفضل الفواكه وأكثرها منافع . يؤكل رطباً ويابساً . وهو فاكهة مع الفواكه ، وأدم مع الإدام ، ودواء مع الأدوية ، وشراب مع الأشربة .

والعنب عرفه الفراعنة منذ آلاف السنين ؛ حيث وجدت أوراقه فى مقبرة « بتاح حوتب » ومن النقوش الموجودة على مقابر الأسرتين الخامسة والسادسة ، وكذلك الاسرتين الثامنة عشرة والتاسعة عشرة فى طيبة يمكن التعرف على كيفية زراعة العنب عند قدماء المصريين واستخداماته المختلفة ، ومن بينها لف بعض المومياوات فى أوراقه .

وجيدهُ ؛ الكبار المائى ، والأبيض أحمد من الأسود ؛ إذا تساويا فى الحلاوة . والمتروك بعد قطفه يومين أو ثلاثة ؛ أحمد من المقطوف فى يومه؛ فإنه مُنفِخ مُطلق للبطن . والمعلقُ حتى يَضمُر قشرهُ ؛ جيد للغذاء، مقو للبدن . وغذاؤه كغذاء التين والزبيب . وإذا ألقى عَجَمُ العنب ؛ كان أكثر تليناً للطبيعة . والإكثار منه مصدع للرأس ، ودفع مضرته بالرمان المزِّ .

وشجرة العنب (الكَرْمُ) وهى الحَبلةُ ، عن النبى ـ ﷺ ـ ، أنه قال : « لا يقولن أحدكم للعنب الكرْمُ ؛ الكَرْمُ ؛ الرجل المسلم » وفى رواية : «إنما الكرم ؛ قلب المؤمن » .

وعصارة قضبانه إذا شربت ؛ سَكَنّت القىء ، وعقلت البطن ، وكذلك ؛ إذا مضغت قلوبها الرطبة . وعصارة ورقها تنفع من قروح الأمعاء ونفث الدم وقيئه ، ووجع المعدة . وصمغه ـ الذى يحمل على القضبان ـ إذا شرب أخرج الحصاة ، وإذا لطخ به أبرأ القوب والجرب المتقرح وغيره . ورماد قضبان العنب إذا تضمد به مع الخل ودهن الورد والسِّذاب ؛ نفع من الورم العارض فى الطحال . وقوة دهن زهرة الكرم قابضة شبيهة بقوة دهن الورد ومنافعها قريبة من منافع النخلة .

وعساليج العنب ـ المعروفة بالشريين ـ تفجر وتحلل ؛ ضماداً وتقبض وتحبس وتشد الأعضاء مطلقاً . وتسلق مع الثوم والزيت فتصلح النفس وتزيل الغثيان والصفراء وتفتح الشهية وتساعد على الهضم ولها مفعول منبه . وماء العنب وصمغه يذيب الطحال وينقى الآثار كالحكة ويشد اللثة ويمنع البخر .

والحصرم ؛ هو العنب الأخضر ، وأجوده ؛ الخالى عن الحلاوة ، وهو يقمع الأخلاط الصفراوية والدوخة والعطش ويزيل الاسترخاء والترهل ، ويزيل مبادىء الحكة ؛ دلكاً خصوصاً يابسه ، ويطيب العرق ، وماؤه أشد . وإذا طبخ به ورق الزيتون حتى يصير درهماً ؛ قلع الأسنان إذا وضع عليها بلا آلة . وإذا عصر وجفف فى الشمس ورفع نفع من الخناق وأورام الحلق وسقوط اللهاة والرعاف وقذف الدم والجدرى والإسهال المزمن شرباً . وطلاء وتصلح القلاع .

والعنب هو أحد الفواكه الثلاث التى هى ملوك الفواكه ؛ هو والرطب والتين . ومنفعة العنب ؛ يُسهل الطبع ، ويسمن ويغذو جيده غذاءً حسناً .

والعنب متعدد الاستعمالات ؛ فمنه :

ـ عنب المائدة (TABLE GRAPES) الذى يؤكل طازجاً .

ـ عنب الزبيب (RAISINS GRAPES) العنب المجفف .

ـ عنب العصير (SWEET JUICE GRAPES) يحتوى على نسبة عالية من السكريات .

ـ عنب التعليب (GANNING GRAPES) عديم البذور .

ويحتوى العنب على كم كبير من الفيتامينات والعناصر التى تزيد نسبتها عن تلك الموجودة فى الفواكه الأخرى ، مثل : الماغنسيوم والحديد ، والبوتاسيوم ، وعلى مواد سكرية وفيتامين (أ) وفيتامين (ج) .

والعنب الرقيق الحلو ؛ يسهل ويسمن ، وينفع الصدر والرئة وأبيضه يلين أكثر من الأسود .

أما الحصرم ؛ فينفع الأحشاء للصفراوى ، ومضر للأحشاء الضعيفة وخير مائه العتيق ، وهو مسهل ، وقابض .

عنب الثعلب : أو عنب الديب ـ لأن الدببة تأكل ثماره ـ الاصلى منه كورق الريحان ، ولونه يميل للأصفر وكذلك ثمره مع حمرة ومنه نوع جبلى مزغب وزهره أحمر وورقه كورق التفاح وثمره كثمر الزيتون ، ينفع الأمراض الباردة ، وبالملح يحل الورم .

التين

قال تعالى : ﴿ وَٱلتِّينِ وَٱلزَّيْتُونِ ۝ وَطُورِ سِينِينَ ۝ وَهَٰذَا ٱلْبَلَدِ ٱلْأَمِينِ ﴾ [سورة التين آية : ٣] .

يُذكر عن أبى الدَّرداء : « أُهدى النبى ـ ﷺ ـ طبق من التين ، فقال : كلوا . وأكل منه ، وقال : إن فاكهةً نزلت من الجنة ، قلت هذه ؛ لأن فاكهة الجنة بلا عَجَم ؛ فكلوا منها ؛ فإنها تقطع البواسير ، وتنفع من النقرس » .

والتين يُسمى « سيقمورس » ؛ باليونانية ، ويُسمى « هجار » بالفارسية ، من أصح الأغذية إذا أكل على الخلاء ولم يُتبع بشىء ، والمداومة على الفطور عليه أربعين صباحاً بالأنيسون ـ الينسون ـ تسمن تسميناً لا يعدله شىء . وهو يفتح السدد ويقوى الكبد ، ويذهب الطحال ، وعُسر البول ، وهزال الكلى ، والخفقان والربو ، وعسر النفس والسعال ، وأوجاع الصدر ، وإذا أُكل بالجوز كان أماناً من السموم القتالة ، ومع السَّذاب يقوم مقام الترياق ، ومع اللوز والفستق

يصلح الأبدان النحيفة ، ومع القرطم ويسير النطرون يسهل الأخلاط الغليظة وينفع من القولنج ـ القولون ـ وإذا نُقِع فى الخل تسعة أيام ثم لوزم على أكله وشرب الخل والضماد منه أبرأ الطحال . وإذا وضع مع اللحم فى القدر أنضجه بسرعة .

وقال جالينوس عن التين : « انه إذا أُكل مع الجوز والسّذاب ـ قبل أخذ السم القاتل ـ نفع وحفظ من الضرر » .

قال عنه بن البيطار : « المعروف منه الأبيض والأحمر والأخضر . ينفع من وجع الصدر والرئة ، ويلين ـ وإذا أُضيف إليه السّذاب ؛ يسكن احتقانًا ـ وأجوده الأبيض ثم الأحمر ثم الأسود ، وخيره الناضج ، وشراب التين لطيف ، وهو مُسَمِن ، وينفع طبخه لأورام الحلق ـ ولبنه مع العسل المنزوع الرغوة ينفع من غشاوة العيون ؛ تقطيراً ـ وشراب منقوعه ينفع من السعال المزمن . . . » .

الزيتـــــون

﴿ ٱللَّهُ نُورُ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضِ ۚ مَثَلُ نُورِهِۦ كَمِشْكَوٰةٍ فِيهَا مِصْبَاحٌ ۖ ٱلْمِصْبَاحُ فِى زُجَاجَةٍ ۖ ٱلزُّجَاجَةُ كَأَنَّهَا كَوْكَبٌ دُرِّىٌّ يُوقَدُ مِن شَجَرَةٍ مُّبَٰرَكَةٍ زَيْتُونَةٍ لَّا شَرْقِيَّةٍ وَلَا غَرْبِيَّةٍ يَكَادُ زَيْتُهَا يُضِىٓءُ وَلَوْ لَمْ تَمْسَسْهُ نَارٌ ۚ نُّورٌ عَلَىٰ نُورٍ ۗ يَهْدِى ٱللَّهُ لِنُورِهِۦ مَن يَشَآءُ ۚ وَيَضْرِبُ ٱللَّهُ ٱلْأَمْثَٰلَ لِلنَّاسِ ۗ وَٱللَّهُ بِكُلِّ شَىْءٍ عَلِيمٌ ﴾ [سورة النور آية : ٣٥].

وهو من الفصيلة الزيتونية (اوليسيه) واسمه العلمى « أوليا أوروبيا »

أشجاره معمرة دائمة الخُضرة ، وموطنه الأصلى فلسطين تحتوي أوراق الزيتون على مواد تنينية تُستخدم كمادة قابضة تقوى المعدة وتنفع للحمى، وتستعمل كغرغرة ، وفى مكافحة الغنغرينا كما تستخدم فى دباغة الجلود .

أما زيت الزيتون المستخرج من الثمار ، فقد قال عنه رسول الله ـ ﷺ ـ : « ائتدموا بالزيت وادهنوا به فإنه مِن شَجَرَة مُبَارَكة » .

ويستخدم كمغذ وكملين وكملطف ، وينفع من السموم ويخرج الدود ، ويلين البشرة إذا استخدم كمروخ .

وإذا مضغ ورقه ؛ أذهب فساد اللثة ، والقلاع ، وأورام الحلق وإن دق وضمد به أو بعصارته منع القروح والأورام وختم الجراح وقطع الدم .
ويصنع من زيته أنواع من الصابون الطبى .

الرمان

﴿وَهُوَ ٱلَّذِىٓ أَنشَأَ جَنَّٰتٍ مَّعْرُوشَٰتٍ وَغَيْرَ مَعْرُوشَٰتٍ وَٱلنَّخْلَ وَٱلزَّرْعَ مُخْتَلِفًا أُكُلُهُۥ وَٱلزَّيْتُونَ وَٱلرُّمَّانَ مُتَشَٰبِهًا وَغَيْرَ مُتَشَٰبِهٍ ۚ كُلُوا۟ مِن ثَمَرِهِۦٓ إِذَآ أَثْمَرَ وَءَاتُوا۟ حَقَّهُۥ يَوْمَ حَصَادِهِۦ ۖ وَلَا تُسْرِفُوٓا۟ ۚ إِنَّهُۥ لَا يُحِبُّ ٱلْمُسْرِفِينَ﴾ [سورة الأنعام آية ١٤١].

الرمان من الفصيلة البونيكسية ، ثماره غذاء وقشور الثمار والجذر والساق تحتوى على نسب كبيرة من القلويدات واكسالات الكالسيوم ، والتانين ، وعلى مواد نشوية ومواد ملونة ، ودهون ومواد سكرية وأحماض عضوية . قال الإمام على كرم الله وجهه : « كلوا الرمان بشحمه فإنه دباغ المعدة » .

ومن الفوائد الطبية العديدة للرمان ؛ أن نقيعه يطرد الديدان خاصة الشريطية ؛ ويمكن تحضير النقيع كالتالى :

يتم وضع (60) جراما من القشر الطرى لجذر الرمان ، فى (750)

جراما من الماء ، على نار هادئة لمدة (6) ساعات ، إلى أن يصير النقيع حوالى (500) جراما . ويتناول منه المريض مقدار فنجان قهوة كل نصف ساعة .

* ويحتوى قشر ثمرة الرمان أيضاً على مادة قابضة ؛ « العفص » ولذلك يُستخدم فى علاج الإسهال والدوسنتاريا(*) . كالتالى :

ـ يتم غلى قشر ثمرة الرمان فى كمية من الماء بنسبة (1) إلى (20) ، وبعد ذلك يصفى جيداً ويؤخذ منه بملعقة صغيرة من (3) إلى (4) مرات يومياً تبعاً لحالة المريض .

وتعمل تلك المادة القابضة « العفص » كذلك على طرد الدودة الوحيدة فى الأمعاء ، كالتالى : ـ

ـ يتم غلى (٥٠) جراما من قشور الرمان فى لتر ماء إلى أن يصل المزيج إلى النصف . ويتناول منه المريض (٣) فناجين قبل الأكل يومياً إلى أن يبرأ .

* وعصير الرمان غنى بالأحماض العضوية ، ويحتوى على عنصر الحديد؛ ولذلك يقى الإنسان من الأنيميا ـ فقر الدم ـ ويمنع تكوين الحصى فى الكلية ، ويساعد على تجنب مرض النقرس ، كما يساعد الرمان على هضم الشحوم والدهون .

* ويستخدم مسحوق قشور الرمان كمادة قابضة لمنع النزيف للجروح . وإذا أحرق قشر الرمان وخلط بالعسل وطلى به آثار الجدرى وغيرها أياماً متوالية ؛ أذهب أثرها . وإذا اسْتُخرج ماؤه بشحمه وطُبخ

(*) الدوسنتاريا ـ كلمة يونانية ـ معناها : إسهال الدم .

بيسير من العسل حتى يصير كالمرهم واكتُحل به ؛ قطع الصفرة من العين ونقاها من الرطوبات الغليظة .

والرمان ينفع المعدة الملتهبة ، ويمنع القيء ، ويقوى الأعضاء ويدر البول أكثر من غيره . وإذا أكل بالخبز يمنعه من الفساد فى المعدة ، نافع للحلق والصدر والرئة ، جيد للسعال . وإذا وضعت عصارة الرمان فى قارورة فى الشمس حتى تغلظ واكتحل بها ؛ أحدت البصر .



الريحان

قال تعالى : ﴿ فَأَمَّآ إِن كَانَ مِنَ ٱلْمُقَرَّبِينَ ۝ فَرَوْحٌ وَرَيْحَانٌ وَجَنَّتُ نَعِيمٍ ﴾ [سورة الواقعة آية : ٨٩] .

﴿ وَٱلْحَبُّ ذُو ٱلْعَصْفِ وَٱلرَّيْحَانُ ﴾[سورة الرحمن آية : ١٢]

وفى صحيح مسلم - عن النبى - ﷺ - : « من عُرض عليه ريحان فلا يرده ؛ فإنه خفيف المحمل ، طيبُ الرائحة » .

والريحان كل نبات طيب الرائحة ، فكل أهل بلد يخصونه بشىء ، فأهل الغرب يخصونه بالآس ، وأهل العراق والشام يخصونه بالحبق، وهو باليونانية ، أموسير ، وباللاتينية ؛ مؤنس ، وبالفارسية ؛ مرزباج وبالسريانية ؛ هوسن ، وبالبربرية ؛ إحماص ، وبالعبرية ؛ احمام وبالعربية ؛ ريحان ، وبمصر يسمى ؛ مرسين ، وبالشام ؛ البستانى قف وانظر ، والبرى باليونانية مرسى اغريا يعني ريحان الأرض .

فأما الآس ؛ إذا شم مفرح للقلب تفريحاً شديداً ، وشمه مانع

للوباء، وكذلك افتراشه فى البيت . وإذا دُلك به البدن ؛ قطع العرق ونشف الرطوبات الفضلية ، وأذهب نتن الإبط . ويجلو قشور الرأس وقروحه الرطبة وبثوره ، ويمسك الشعر المتساقط ويسوده وإذا دُق ورقه وصُب عليه ماء يسير وخلط به شيء من زيت أو دهن الورد ، وضُمد به؛ وافق القروح الرطبة والنملة والحمرة ، والأورام الحادة والبواسير . وإذا طُبخ وقُطر فى الأذن قطع سيلانها .

وحبه نافع من نفث الدم العارض فى الصدر والرئة ، دابغ للمعدة وليس بضار للصدر ولا الرئة ؛ لحلاوته . وخاصيتهُ ؛ النفع من استطلاق البطن مع السعال ، وذلك نادر فى الأدوية . وهو مدر للبول، نافع من لذع المثانة ، ولسع العقارب . والتخلل بعِرقِه مضر ؛ فليُحذَر لأن الاستياك بعوده يهيج الجذام .

وأما الريحان الفارسى ـ الذى يُسمى « الحبق » ـ فينفع شمه من الصداع الحار ؛ إذا رش عليه الماء ؛ ويَبرد ويرطب بالعرض . وبذره حابس للإسهال الصفراوى ، ومسكن للمغص ، مقو للقلب ، نافع للأمراض السوداوية . وكله يمنع السموم مطلقاً .

والريحان اسم لأنواع كثيرة من الأحباق ـ جمع حبق ـ وما لم يُعرف إلا بهذا الاسم منه الكافورى ، ويُقال له كافور اليهود ؛ شجرة كالرمان حجماً وورقاً إلا أنه يزهر إلى الزرقة والبياض ورائحته كالكافور ، إذا استنشق حلل ما فى الدماغ من الرطوبات الفاسدة والأخلاط التى فى الصدر ، وإذا ضمد به الصداع الحار سكنه وحلل الورم ، وإذا شرب ماؤه فتح السدد وأزال اليرقان وحبس الدم حيث كان ، وكذا إن نُثر سحيقه فى الجرح ، وإن غسل به فى الحمام نعم البشرة وأزال الأوساخ ،

والإكثار منه يحرق الدم ، ويصلحه السكنجبين ، والريحان هو المعروف في مصر بريحان النعنع ـ النعناع ـ ويؤكل كالفجل ، والحماحم هو حبق السودان ، وريحان القبور هو المرد سفرم ، والسليمانى ؛ الجنسفرم ، والملكى ؛ الشاه سفرم ، واليمانى ؛ القطف .

الزنجـــــبيل

﴿ وَيُسْقَوْنَ فِيهَا كَأْسًا كَانَ مِزَاجُهَا زَنجَبِيلًا ﴾

[سورة الإنسان آية : ١٧] .

من الفصيلة الزنجبريسية ، وقد يُسمى زنزبيل. منه الزنجبيل الأبيض، والزنجبيل السنجابى ، طيب الرائحة. [عن أبى سعيد الخدرى رضى الله عنه ، قال : « أهدى ملك الروم إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم جَرّة زنجبيل ؛ فأطعم كل إنسان قطعة ، وأطعمنى قطعة » .

ويحتوى الزنجبيل على مواد نشوية ، وزيوت طيارة ومواد صمغية وكبريت ومواد راتنجية .

ومن فوائده المساعدة على هضم الطعام ، وتليين البطن ، وهو طارد للغازات ، ومنبه للقلب ، ومُعرِّق ومنبه ومقو للمعدة ويفيد الأحبال الصوتية ، وفى حالات التهاب اللوز كغرغرة ويستعمل كمسحوق يهيج الأنف (سعوطاً) ويحلل الرياح وهو صالح للكبد والمعدة الباردتى

المزاج ؛ إذ أنه يسخنها ، ويعين على الاستمراء ، وينشف البلغم الغالب على البدن ، وينفع من ظلمة البصر الحادثة عن الرطوبة ؛ أكلاً واكتحالاً ، ويطيب النكهة ، ويدفع ضرر الأطعمة الغليظة الباردة . ولكل ذلك نجده فى كثير من المستحضرات الطبية كما أنه نافع لظلمة البصر (كُحلاً) . وإذا أُكل على السمك ؛ منع العطش وأصلح الخلط . وهو يضر الحلق ويصلحه العسل ، وشربته إلى درهمين . وبدله الدار فلفل . مقاوم للسموم . وإن مضغ مع الكندر والمصطكى وتمودى عليه ؛ نقى فضول الرأس وآلاته .

الكافـــور CAMPHOR

﴿ إِنَّ ٱلْأَبْرَارَ يَشْرَبُونَ مِن كَأْسٍ كَانَ مِزَاجُهَا كَافُورًا ﴾

[سورة الإنسان آية : ٥] .

وهو من فصيلة « لورسية » واسمه العلمى : ـ « سينامومم كامفورا CINAMOMUM CAMPHORA » يُستخرج من أوراقه زيت يستخدم فى علاج الروماتيزم والالتهابات الشعبية ، وفى علاج آلام الأسنان ، وللوقاية من الانفلوانزا وكمطهر للجهاز التنفسى وهو طارد للديدان ، ومُسكِن ، ومضاد للتشنج . والكافور جوهر حار ؛ يقطع الرعاف (النزيف الأنفى) ويُذهب الدفر (النتن) وله خاصية عظيمة فى منع السن من التآكل ، وإذا وضع على السن المتآكلة منعه من الزيادة. وإذا سعط منه وزن شعيرتين مع ماء « الخس » قطع حرارة الدماغ ، وجلب نوماً وأذهب الصداع .

الحبة السوداء (حبة البركة) NIGELLA

وتسمى بالفارسية « الشّونيز » وهى الكمون الهندى أو الكمون الأسود وهى بذور نبات (NIGELLA SATIVA) وهى كثيرة المنافع إذا طبخت بخل وتمضمض بها نفعت من وجع الأسنان عن برد ، وإذا استعط - استنشق - بها مسحوقة نفعت من ابتداء الماء العارض من العين، [وإن ضمد بها مع الخل قلعت البثور والجرب وحللت الأورام البلغمية المزمنة ، وتنفع من الزكام العارض المصحوب بعطاس كثير ، وإذا شرب منها مثقال بماء نفعت من البهق وضيق النفس ، وهى تفتح السدد وتحلل الرياح وتجفف رطوبة المعدة ، وإذا دُقت وعجنت بالعسل وشربت بالماء الحار أذابت الحصاة فى الكليتين والمثانة وتدر البول ، وتخرج الدود خاصة إذا عجنت بماء الحنظل الرطب أو المطبوخ .

النبــق (ثمر السدر)

قال تعالى : ﴿ لَقَدْ رَأَىٰ مِنْ ءَايَٰتِ رَبِّهِ ٱلْكُبْرَىٰ ﴾

[سورة النجم آية : ١٨] .

وقد ذكر النبى - ﷺ - : « أنه رأى سدْرة المنتهى ليلةَ أُسْرىَ به ؛ وإذا نبقها مثل قلال هجر » .

والنبق ثمر شجر السدر ، يعقل الطبيعة ، وينفع من الإسهال ، ويدبغ المعدة ، ويسكن الصفراء ، ويغذو البدن ، ويشهى الطعام ، ويولد بلغماً ، وهو بطىء الهضم ، وسويقه يقوى الحشا . وهو يصلح الأمزجة الصفراوية ، وتُدفع مضرته بالشهد .

وهو قابض ، وصمغه يذهب الحرارة اغتسالاً به ، وينقى الرأس ، ويجعد الشعر ، وورقه نافع للربو وأمراض الرئة . والنبق يقوى المعدة ، ويصلح الحلق . قال عنه داود الأنطاكى : « إنه ثمر شجر معروف ينمو فى الجبال والرمل ويستنبت فيكون أعظم ورقاً وثمراً وأقل شوكاً ، ولا ينثر ورقه ، ويقيم نحو مائة عام ، وهو مختلف الأجزاء طبعاً ورقه حار

وثمره بارد وحطبه وكله يابس ، إذا غُلي وشُرب قتل الديدان ، وفتح السدد، وأزال الرياح الغليظة ، ونشارة خشبه تزيل الطحال والاستسقاء وقروح الأحشَاء ، والشائك منه أعظم فعلاً ، وسحيق ورقه يلحم الجراح ذروراً ويقلع الأوساخ وينقى البشرة وينعمها ويشد الشعر. ومن خواصه أنه يطرد الهوام ، ويشد العصب . وإذا اعتصر النبق الحلو النضيج اللحم وشُرب بالسكر أزال اللهيب والعطش وقمع الصفراء ، وكذا يفعل سويقه ؛ إلا أنه يقطع الإسهال ، ونواه إذا درس ووضع على الكسر ؛ جبره وكذا الرض مطلقاً . وإن طُبخ حتى يغلظ ولطخ على من به رخاوة والطفل الذى أبطأ نهوضه اشتد سريعاً » .

MANNA المـــــن

قال تعالى : ﴿ وَظَلَّلْنَا عَلَيْكُمُ الْغَمَامَ وَأَنزَلْنَا عَلَيْكُمُ الْمَنَّ وَالسَّلْوَىٰ ۖ كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ ۖ وَمَا ظَلَمُونَا وَلَٰكِن كَانُوا أَنفُسَهُمْ يَظْلِمُونَ ﴾ [سورة البقرة آية ٥٧] .

وقال تعالى : ﴿ وَظَلَّلْنَا عَلَيْهِمُ الْغَمَامَ وَأَنزَلْنَا عَلَيْهِمُ الْمَنَّ وَالسَّلْوَىٰ ۖ كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ ۚ وَمَا ظَلَمُونَا وَلَٰكِن كَانُوا أَنفُسَهُمْ يَظْلِمُونَ ﴾ [سورة الأعراف آية ١٦٠] .

وقال تعالى : ﴿ يَا بَنِي إِسْرَائِيلَ قَدْ أَنجَيْنَاكُم مِّنْ عَدُوِّكُمْ وَوَاعَدْنَاكُمْ جَانِبَ الطُّورِ الْأَيْمَنَ وَنَزَّلْنَا عَلَيْكُمُ الْمَنَّ وَالسَّلْوَىٰ ﴾

[سورة طه آية ٨٠].

المن كلمة تعنى - بالعبرانية - هدية من الله وجاء فى تفسير ابن كثير : « اختلفت عبارات المفسرين فى المن ؛ ما هو ؟ . . . عن ابن عباس : كان المن ينزل عليهم على الأشجار فيغدون إليه فيأكلون منه ما شاءوا .

وقال مجاهد : المن صمغة . وقال عكرمة : المن شىء أنزله الله عليهم مثل الطل شبه الرب الغليظ . وقال السدى : قالوا يا موسى كيف لنا بما ههنا أين الطعام ؟ فأنزل الله عليهم المن فكان يسقط على شجرة الزنجبيل . وقال قتادة : كان المن ينزل عليهم فى محلهم سقوط الثلج أشد بياضاً من اللبن وأحلى من العسل يسقط عليهم من طلوع الفجر إلى طلوع الشمس يأخذ الرجل منهم قدر ما يكفيه يومه ذلك فإذا تعدى ذلك فسد ولم يبق حتى إذا كان يوم سادسه يوم جمعته أخذ ما يكفيه ليوم سادسه ويوم سابعه لأنه كان يوم عيد لا يشخص فيه لأمر معيشته ولا يطلبه لشىء ، وهذا كله فى البرية . وقال الربيع بن أنس : المن شراب كان ينزل عليهم مثل العسل فيمزجونه بالماء ثم يشربونه .

. . . والغرض أن عبارات المفسرين متقاربة فى شرح المن ؛ فمنهم من فسره بالطعام ، ومنهم من فسره بالشراب ، والظاهر ـ والله اعلم ـ أنه كل ما إمتن الله به عليهم من طعام وشراب وغير ذلك مما ليس لهم فيه عمل ولا كد . فالمن المشهور إن أكل وحده كان طعاماً وحلاوة ، وإن مزج مع الماء صار شراباً طيباً ، وإن ركب مع غيره صار نوعاً آخر ، ولكن ليس هو المراد من الآية وحده ؛ والدليل على ذلك ؛ قول البخارى . . . قال النبى ـ ﷺ ـ : « الكمأة من المن وماؤها شفاء للعين » .

ومن الأشجار التى يمكن الحصول منها على المن ؛ شجرة لسان العصفور وهى شجرة مزهرة من فصيلة الزيتون (OLEACEAE) وتسمى : (FRAXINUS ORNUS) وكلمة FRAXINUS من اليونانية وقد تعنى سياج ، أما كلمة *ORNUS* فهى كلمة لاتينية وتدل

على إمكانية نبات شجرة لسان العصفور من تلقاء نفسها (ملائكياً أو ربانياً ، وليس شيطانياً كما هو شائع) برياً أو جبلياً .

وتتميز شجرة لسان العصفور بأزهار ذات رائحة عطرية وهى أزهار صفراء تميل إلى البياض ، ولها ثمار مجنحة ، أما بذورها فبيضاوية حمراء مائلة للبنى .

وتوجد فى سيناء ، وشمالى شرق أفريقيا ، والجزائر وجبال أطلس وموطنها الأصلى جنوب أوروبا وصقلية .

والمن الذى تفرزه شجرة لسان العصفور عبارة عن مادة لزجة كالعسل حلوة المذاق بها كثير من المواد السكرية خاصة مادة المانتول MANNITOL بنسبة حوالى (80%) ، والمن يسيل من شجرة لسان العصفور إذا تم عمل شقوق فى ساقها ويتجمع ويجف على صورة قطرات صفراء مائلة للبياض هشة القوام حلوة المذاق .

والمن قد يظل على الشجرة إلى أن تحمله الرياح فيصل إلى أماكن بعيدة فى الصحراء وعند الجبال .

وموسم جمع المن يكون فى شهور الازهار فى يوليو وأغسطس ، حيث يمكن الحصول على حوالى (500) جرام من المن من ساق واحدة لشجرة لسان العصفور .

الاستخدامات الطبية للمن :-

- يستخدم كمادة غذائية سكرية لإمداد الجسم بالطاقة .
- يمكن تحضير شراب من المن بنسبة (10:1) لاستخدامه كمادة ملينة للأطفال .

ـ كما يمكن خلط المن بالعسل للحصول على لعوق مسهل .

وأما السلوى ؛ فقال على بن أبى طلحة عن ابن عباس : « السلوى طائر يُشبه السمانى ؛ كانوا يأكلون منه » . . . وقال وهب بن منبه : «السلوى طير سمين ، مثل الحمامة كان يأتيهم فيأخذون منه من سبت إلى سبت» .

الحلبـــــة FENUGREEK

وهى من العائلة البقلية : (FAM.LEGUMINOSAE)

واسمهاالعلمى : (TRIGOMELLA FOENUM GRAECUM)

وتُسمى الفريقة أو الغاريقا ، أو أعنون . وهى نبات عُشبى حولى لها زهر أصفر ، وتزرع فى مصر والهند وجنوب أوروبا .

المكونات الفعالة فى الحلبة :

بذورها تحتوى على حوالى (22%) بروتينات ، و (28%) مواد غروية أو هُلاَمِيّة (MUCILAGE) ، و (6%) زيوت ثابتة وتحتوى على نوعين من القلويدات (TRIGONELLINE تريجو نيللين) بنسبة (0,13%) ، وكولين (CHOLINE) بنسبة (0, 05%) .

والكولين يدخل فى عملية التحول الغذائى (METABOISM) ويمكـن الحصـول علـى نـوعين مـن السكريات ـ بالتحليل المائى ـ وهما الجلكتوز ، والمانوز ، وتحتوى أيضاً على حمض النيكوتنك

(NICOTINIC) ، وعلى مواد صابونية (SAPONINS) وعلى مواد ملونة .

الفوائد الطبية للحلبة :

يُذكر عن النبى ـ ﷺ ـ أنه عاد سعد بن أبى وقاص ـ رضى الله عنه ـ بمكة ، فقال : ادعوا له طبيباً . فدعى الحارثُ بن كلدة، فنظر إليه ، فقال : ليس عليه بأسٌ ؛ فاتخذوا له فريقة ـ وهى : الحلبة ، مع تمر عجوة رُطبة ؛ يُطبخان فيُحْساهما ـ ففعل ذلك ؛ فبرأ » .

ويُذكر عن القاسم بن عبد الرحمن ، أنه قال : قال رسول الله ـ ﷺ ـ : « آستشفوا بالحُلْبة » .

وقال بعض الأطباء : « لو علم الناس منافعها ؛ لاشتَروها بوزنها ذهباً » .

إذا طُبخت الحلبة بالماء ؛ ليّنتْ الحلق والصدر والبطن ، وتسكن السعال والخشونة والربو وعُسر النفس وتساعد على تلطيف التهابات الحلق وهى فاتحة للشهية (STOMACHIC) ، وتحلل البلغم اللزج فى الصدر والمعدة ؛ إذا طُبخت بالتمر أو العسل أو التين . وأخذت على الريق . وإذا طُبخت مفردة وشُربت بالعسل حللت الرياح والمغص . وهى مُطلِقة للبطن ، وتساعد على عملية الهضم . ودقيقها إذا خُلِطَ بالنطرون والخل، وضُمِدَ به ؛ حَلَّل ورم الطحال ، وإذا ضُمد به الأورام الصلبة القليلة الحرارة ؛ نفعتها وحللتها ، وإذا شُرب ماؤها نفع من المغص العارض من الرياح وأزلق الأمعاء .

وإذا شُربت مع وزن خمسة دراهم قُوّة ؛ أدرت الحيض . وإذا طُبخت وغُسل بها الشعر ؛ جعدته ، وأذهبت الحزاز(*) . وإذا جففت وقُليت وسف منها ؛ أزالت برودة المثانة وسلس البول ، ولا يزيد فى استعمالها أكثر من عشرة دراهم يومياً . وهى نافعة للكبد ؛ إذا خُلطت مع بذر الهندبا ؛ شُرباً . وتنفع مع دهن الورد للحرق .

(*) الحزاز : هو القراع الإنجليزى (القوباء) .

اليـنســــــــون

اسمه العلمى : « بمبنيلا أنيسوم » وهو عشب مصرى قديم وهو من العائلة الخيمية ، واسمه العربى قديماً ؛ « الأنيسون » ، وهو الرازيانج الرومى ، ويزرع فى اسبانيا و إيطاليا وروسيا .

والينسون عشب حولى ، أزهاره بيضاء تميل إلى الإخضرار وتتجمع فى نورات دقيقة جميلة ، وأوراقه مجنحة ومن هنا اشتقت كلمة « بمبنيلا » التى تعنى جناح أو مجنح ـ ولا يزيد طول عشبة الينسون على نصف المتر.

ويحتوى الينسون على زيوت ثابتة بنسبة حوالى (30%) ، وعلى زيوت طيارة بنسبة من (3 - 5%) ، وعلى مواد سكرية ومواد بروتينية واكسالات كالسيوم .

الفوائد الطبية للينسون :

ـ إذا طبخ مع عرقسوس نفع الصدر من الهواء وضيق التنفس وإذا استنشق بمسحوقه سكن الصداع البارد وإذا اكتحل به مدقوقاً منخولاً ؛ منع الدموع السائلة المزمنة والينسون يقطع البلغم ويطرد الريح الغليظة ، ويحلل ويجلو ويغذى ، ويسكن الأوجاع، ويُعَرق ، ويفتت الحصى

وينفع الكلى والطحال ، ويذهب الخفقان ، ويمنع السعال ، والإعياء ، وهو منبه قوى للجهاز الهضمى ، ويعالج المغص الناتج عن سوء الهضم ويفتح الشهية ، ويطرد الغازات ؛ لاحتوائه على كم كبير من الزيوت الطيارة ، ويفيد فى علاج الاستسقاء ، ويفيد فى علاج المغص المصحوب بانتفاخ خاصة عند الأطفال .

مســـــواك (أراك)

SALVADORA PERSICA

قال رسول الله - ﷺ - : « لولا أن أشُقّ على أمتى لأمرتهم بالسواك عند كل صلاة » .

وقال : « مالى أراكم تدخلون على قُلحاً(*)؛ استاكوا » .

وقال على بن أبى طالب كرم الله وجهه : « السواك يزيد فى الحفظ ويذهب البلغم » .

قال داود بن عمر الأنطاكى : « الأراك ، ويسمى السواك، عربى. . يقرب من شجر الرمان إلا أن ورقه عريض سبط . . مشوك له زهر إلى الحمرة ، يخلف حبًا كالبطم أخضر ثم يحمر ثم يسود فيحلو . وهو جلاء محلل مقطع يفتح السدد ويقطع البلغم والرطوبات اللزجة والرياح الغليظة . وإذا غلى فى الزيت سَكن الأوجاع طلاء ، ولا يقوم مقام حَبهُ فى تقوية المعدة وفتح الشهية شىء ، وورقه يحلل ، ودلك الأسنان بعوده يجلو ويقوى ويصلح اللثة وينقيها من الفضلات . . » .

(*) قلحاً : أى صفر الأسنان .

وينبغى القصد فى استعمال السواك المتخذ من خشب الأراك فربما أذهب طُلاوة الأسنان وصقالتها وهيَّأها لقبول الأبخرة المتصاعدة من المعدة والأوساخ .

ومتى استعمل باعتدال ؛ جلى الأسنان ، وقوى العمود ، وأطلق اللسان ومنع الحفر ، وطيب النكهة ، ونقى الدماغ وشهى الطعام .

وبعد أن أخضع العلماء المسواك لإختبارات علمية ؛ ثبتت صلاحيته كأداة للعناية بالأسنان واللثة ؛ إذ أكدت النتائج أن الخشب الذى يقتطع منه عود المسواك « الأراك » يحتوى على مادة الفلور ومواد أخرى مضادة للبكتريا ؛ يستخلصها الأراك من التربة .

ومن المعروف أن مادة الفلور ـ التى ثبت وجودها فى الأراك ـ تجعل مينا الأسنان أكثر مقاومة للأحماض التى تنتجها البكتريا والجراثيم ـ خاصة البكتريا المسمّاة ؛ ستربتوكوكاس موتانس (STREPTOCOCCUS MUTANS) ـ من المحتويات السكرية الموجودة فى بقايا الأطعمة المتبقية بين الأسنان .

وهناك مادة معدنية موجودة فى المينا ـ وهى مادة ألهيدروسياباتيت ـ تقوم مادة الفلور بتحويلها إلى مادة مقاومة للتحلل ؛ وهى مادة فلوريدروسياباتيت .

لذلك لا ينبغى أخذ مسواك من شجرة مجهولة ـ أو من أى شجرة غير الأراك ـ فربما كانت سُماً ؛ فى أسوأ الأحوال ، أو نحصل منها على عود سواك ليست له أى فائدة ؛ على أحسن الفروض .

وفى صحيح البخارى ، عن الرسول ـ ﷺ ـ : « السواك مطهرة للفم، مرضاة للربِّ » .

فالسواك يطيِّب الفم ، ويشد اللثة ويجلو البصر ، ويذهب بالحفر، ويُصحُ المعدة ، ويصفى الصوت ، ويعين على الهضم ، ويسهل مجارى الكلام ، وينشط للقراءة والذكر والصلاة ، ويطرد النوم ، ويعجب الملائكة . ويُستحبّ كل وقت .

عن عامر بن ربيعة ، قال : « رأيت رسول الله ـ ﷺ ـ مالا أُحصى ، يستاك ؛ وهو صائم » . وقال البخارى : قال ابن عمر : « يستاك أول النهار وآخره » .

القرنفل CLOVES

EUGENIA CAROPHYLLATA

وهـو البراعم الزهرية الجافة لنبات : (-EUGENIA CAR
YOPHLLUS) شجرته كالياسمين ، وهو كثير المنافع ، أجوده الطيب الرائحة الصلب الحاد ، يقوى الدماغ البارد والذهن والحفظ والصوت ، ويجلو البلغم ويطيب النكهة ويقوى الأعضاء الرئيسية كلها والصدر والمعدة والكلى والكبد والطحال ، ويمنع الفواق والغثيان والقىء ، ويزيل الخفقان بالسكنجبين ، ويقع فى الأكحال فيحد البصر ويجلو الغشاوة .

ويحتوى القرنفل على زيت طيارVOLATILEOIL بنسبة حوالى من (14 - 21 %) وعلى مـواد تنينية (TANNINS) بنسبة حوالـى من (10 - 13%) وعلى مواد متبلورة (CARYOPHYLIN) .

قال عنه ابن البيطار :

« هو ثمر شجر ، أو زهرها ، يحد البصر ، ويقوى الباه ، ويزيل برد الكبد ، والدماغ والمعدة والاستسقاء » .

والقرنفل عرفه الإنسان منذ آلاف السنين ، وهو متعدد الفصائل ؛

فمنه : الملكى ، والوردى ، والعطرى ، والبرى ، والعذراء ، والشاعر ، والبستانى ؛ وقرنفل البساتين يوجد منه (120) نوعاً ، وتعمر شجرته حوالى (10) أعوام ، ويتميز بألوان متعددة ؛ منها : الأصفر والأحمر والأرجوانى ، وتختلف شجرة القرنفل باختلاف الفصيلة والنوع ؛ فشجرة القرنفل المعروفة فى آسيا تُنتج حوالى (60) رطلاً من الازهار سنوياً ، وتعمر (100) سنة ، وقد يصل قطر جذعها إلى حوالى (2) متر.

والقرنفل معروف منذ القدم ضمن التوابل والأدوية ، وأفضله الزاهى السمار الدسم الثقيل الحريف الطعم القوى الرائحة ، وهو مطهر للمعدة وللفم حيث يُسَكِن آلام الأسنان ، وهو مضاد للسموم ويعالج القروح وآلام الرأس ويخفض الحرارة .

البابونج

يُشرب مغلياً كالشاى ، ويحتوى على مادة الأزولين الزرقاء ، وهو عُشب سريع النمو والإزهار ، يستخدم ـ كمشروب ـ لتعريق الجسم ، وهو مُلطف وملين ، يُنَقى الصدر من البلغم ، ويُسكِن أوجاع المعدة ، ويفتت الحصى ، ويزيل النفخة ، ويزيل الصداع ووجع الكبد ، ويُذهب بالإعياء ، ويشفى البثور ، ويزيل التشنج وشم زهر البابونج ؛ يقوى الدماغ ، ويسكن وجعه ، ويطرد الرياح ، ويحلل الزكام .
ولزهوره البيضاء ، والصفراء زيت عطرى طيب الرائحة .

قال عنه « جالينوس » :

« هو قريب القوة من الورد فى اللطافة لكنه حاد وحرارته كحرارة الزيت ، يُسكن الأورام ؛ دهاناً . ويقوى الأعضاء العصبية كلها . وهو أنفع الأدوية أكثر من غيره . ويستمرخ ـ يدهن ـ بدهنه فى الحميات ، وينفع فى كل حمى غير شديدة الحدة ، ويقوى الدم ، ويساعد على الهضم » .

وإذا نُثر مسحوق زهر البابونج فوق الالتهابات والقروح ؛ نفعها . ويفيد فى التهابات الأنف والأذن .

قال عنه « داود بن عمر الأنطاكى » : ـ « إنه محلل ملطف لا شىء مثله فى تفتيح السدد وإزالة الصداع والحميات والنافض والأرماد ؛ شرباً ومرخاً وانكباباً على بخاره خصوصاً بالخل . ويقوى الباه والكبد ، ويفتت الحصى مطلقاً ، ويدر الفضلات ، وينقى الصدر من نحو الربو ويقلع البثور ، ويذهب الإعياء والتعب والصلابات والنزلات وفساد الأرحام والمقعدة نطولاً بطبيخه ، وينفع من السموم ، ودخانه يطرد الهوام . ودهنه يفتح الصمم ، ويزيل الشقوق ووجع الظهر ، وعرق النسا ، والمفاصل والنقرس والجرب . وينبغى أن يُضاف إليه فى علاج المحرور الشعير ، ويقوى فعله فى المبرودين بالزيت العتيق ، وأجود ما اتخذ للخزن أقراصاً . وهو يضر الحلق ويصلحه العسل ، وشربته إلى ثلاث مثاقيل . وبدله القيصوم أو البرنجاسف » .

ويدخل زيته الأزرق وخلاصته فى تركيب بعض الأدوية ومستحضرات التجميل .

الكَرَفْس CELERY

APIUM GRAVEOIENS

نبات عطر الرائحة طيب المذاق ، منه البستانى ، ومنه ما ينمو فى الماء أو فى الجبال .

اسمه العلمى : (APIUM GRAVEOIENS) ويحتوى الكرفس على زيت طيار (CELERY) بنسبة حوالى (2-2,5%) وهو زيت عطرى نفاذ لونه أصفر فاتح يحتوى على مركبات أكسوجينية منها ؛ السيلينين (SELINENE) ، والليمونين (LEMONENE) ، والسيدانوليد (SEDANOLIDE) .

وصفه داود الأنطاكى ، فقال :

« الكرفس يختلف باختلاف منابته فمنه جبلى ؛ هو الصخرى ، والفطر اساليون مائى هو الأوراساليون النهرى ، وبستانى ؛ هو المستبت خاصة ، . . . يفتح الشهوة والسدد فيزيل اليرقان والطحال وعسر البول، ويذيب الحصى ، ويزيل الربو وعسر النفس ، والرياح الغليظة، والفواق وبرد الأحشاء خصوصاً الكبد ، ووجع الجنبين والوركين والخصية ولو بلا غسل ، وعصارته بدهن الورد والخل طلاء ناجح فى الحكة والجرب فى الحمام مع النظرون والكبريت لا بدونهما كما

شاع ، وهو ينقى البدن من غوائل الأدوية الحارة والسموم والمغص والعطش البلغمى ؛ إذا شُربت عصارته بعد غليها بماء الرمان والسكر سواء كانت السموم موجودة أم لا ، والمربى منه أبلغ فيها ذكر وبذره أقوى من أصله ، والشراب المطروح فيه مثله فى النفع ، وينفع عرق النسا، ويحل الأورام ضماداً ويجلو الآثار كالثآليل والبرص خصوصاً بالنوشادر والعسل ، وهو يُقرّح ويسجح ويورث الصرع حتى إن الحامل إذا أكلته جاء المولود مخبولاً أو يصرع وكذا المرضعة ويملأ الأرحام رطوبة ويصدع ويضر بالرئة ويصلحه الحماما والهندبا والخس والخل وشربة بذره درهم ، وأصله درهمان ، وعصارته ثمانية عشر ، والمقدونس منه ، وبدله النانخواه أو الكمون » .

وقال الرازى عن الكرفس :

« ينبغى أن يُجْتَنب أكله ؛ إذا خيف من لدغ العقارب » .

وقال عنه ابن القيم الجوزية :

« البستانى منه يطيب النكهة جداً . . . وورقه رطباً ينفع المعدة والكبد البارد ، ويُدر البول والطمث ، ويفتت الحصاة ، وحبه أقوى فى ذلك، وينفع من البخر » .

ووصفه ابن البيطار ، فقال : « ينبت فى الماء ، وهو أجوف الساق ، ينفع السعال ـ الكحة ـ والربو وضيق التنفس » .

ويستخدم الكرفس فى تضميد العين لتخليصها من الأورام ، ولعلاج أمراض المفاصل . ويؤكل طازجاً أو مطبوخاً أو بذوراً . وإذا خُلط عصيره بدهن الورد وقليل من خل خمر ، وتدلك به فى الحمام سبعة أيام ؛ أزال الجرب .

المقدونس (البقدونس)

أوراقه وثماره وجذوره غنية بالزيت الطيار (VOLATILE OIL) وهو غنى بفيتامين (A) PROVITAMIN..A ، وفيتامين (C)، وعلى كثير من العناصر MICROELEMENTS مثل التيتاينوم ، والبورون والنحاس والحديد ، ويحتوى زيته على مادة الأبيول وهى مادة سامة .

الفوائد الطبية للبقدونس : ـ يساعد على تحسين النظر ، ويعمل كمعرق ويزود الجسم بالفيتامينات ، فاتح للشهية ، ويفيد الجهاز الهضمى ويفيد فى تحسين الحالة الصحية العامة للإنسان ، ويدر البول ويفيد فى علاج الاستسقاء ، وفى التهاب المثانة ، وحصوات الكلى ، وفى أمراض الكبد والمرارة ـ الحويصلة الصفراوية ـ ويحسن نشاط القلب ، ويحلل الغازات فى حالة الانتفاخ ، ويقوى اللثة ويساعد على تنظيم التنفس ، ويقضى على الطفيليات ، ويساعد عصيره الطازج على تخفيف لدغ الحشرات . ويمكن شرب عصيره مضافاً إلى أى عصير آخر مثل الجزر ؛ لعلاج الحصى فى الكلى والمثانة ، والتهاب الكلية ، وللمساعدة على تقوية الأوعية الدموية ، وللحفاظ على الأداء الطبيعى للغدة الدرقية ، والغدة الكظرية ـ الغدد فوق الكلوية .

ويمكن استخدام مغلى البقدونس فى تجميل وتنعيم الوجه والجلد ، كما يلى : -

يتم غلى كمية من أوراق البقدونس فى نصف لتر ماء ، ويمكن إضافة عصير ليمونة إلى المغلى ، ويتم دهان الوجه بواسطة قطعة من القطن - قبل أن يبرد المغلى - وتكرر العملية (٣) مرات يومياً للتخلص من النمش وللحصول على جلد ناعم وطرى .

وإذا شرب البقدونس مع المستكى بالماء الدافىء أذهَب المغص .

الزعـــــتر

هو نبات مثل النعناع ، من الأعشاب المزهرة وزهره يميل إلى الزرقة ، ومنه نوع برى غزير الفروع وأوراقه صغيرة متقابلة وأزهاره بنفسجية . ويحتوى الزعتر على مواد مطهرة قوية تفوق الفينول والكريزول والكاربول وغيرها بمقدار أربع مرات . كما يحتوى على زيت طيار (VOLATILEOIL) .

تحضير زيت الزعتر : ـ

بوضع كمية من عُشبة الزعتر فى زجاجة شفافة على أن تُغمر العشبة بزيت الزيتون وتغلق الزجاجة بإحكام وتوضع فى الشمس لمدة أسبوعين، بعدها تُعصر العشبة جيداً من خلال قطعة قماش ، ويحفظ الزيت لحين الحاجة إليه .

فوائد زيت الزعتر : ـ

يطرد الديدان المعوية ، وذلك بوضع (3-4) نقاط من الزيت المذكور على قطعة سكر (3) مرات يومياً لمدة (4) أسابيع .

وهو يساعد على تسكين الآلام ويعمل كمطهر قوى .

تحضير مستحلب الزعتر : ـ

توضع ملعقة صغيرة من عشبة الزعتر لكل كوب أو فنجان من الماء المغلى . ويشرب من (1-3) مرات يومياً ويمكن تحليته بالعسل أو بالسكر.

فيساعد على علاج التهابات الفم ، وآلام الأسنان ، والزكام واللوز والسعال الديكى ، والنزلات المعوية والتهابات الرئة والقصبة الهوائية ، ويساعد على تدفق الحرارة إلى الأطراف ويعالج انتفاخ الرئة والنزلات الصدرية ، وينفع القولنج ، ويحسن اللون . ويستخدم الزعتر فى الطعام ليعطيه نكهة طيبة ، ويدخل فى تركيب محاليل الغرغرة ، ويدخل فى صناعة معاجين الأسنان كمادة حافظة ومطهرة .

الشيح

نبت طيب الرائحة بالبادية . أنواعه كثيرة ويتميز برائحة عطرة ، يقطع البلغم ، ويفتح السدد ويخرج الديدان والأخلاط الفاسدة ، ويذهب الفواق ـ الزغطة ـ والمغص ، والخلط اللزج ، وأوجاع الظهر والورك شرباً ودهناً بدهنه ، ورماده مع أى دهن كان يزيل داء الثعلب والحزاز ، وينبت الشعر طلاء ، ويحل عسر النفس ؛ شرباً ، والرمد ؛ طلاء . ويدر الفضلات ، ويذهب الحميات مطلقاً .

وإذا تم تبخير المنزل برائحته فإنه يطرد الحشرات والثعابين . وهو يساعد على الهضم ، ويُسَكِن الآلام الروماتيزمية .

قال عنه ابن البيطار : ـ « أن أجوده الأرمنى ، وهو مقطع للرياح . ورماده بزيت اللوز نافع من داء الثعلب(*) ؛ طلاء » .

ورماد الشيح مع بعض الأدهان ؛ يسرع إنبات شعر الصبيان .

(*) داء الثعلب سقوط شعر الرأس فى بقع معينة من فروة الرأس .

ورق غار LAUREL ورق اللورا BAYLEAVES

شجرة الغار أو الرند تسمى بالفارسية «مابهشتان» وباليونانية «دانيمو» تبقى ألف عام ، عريضة الأوراق أملس ومنه دقيق والكل طعمه مُر طيب الرائحة ، يجعل بين التين فيطيبه ويمنع تولد الدود فيه ، حبه كالزيتون ينفرك قشره الرقيق الأسود عن حب أحمر ينقسم نصفين ؛ يستأصل أنواع الصداع كالشقيقة والضربان والربو وضيق النفس والسعال المزمن والرياح الغليظة والمغص والقولون والطحال وجميع أمراض الكبد والكلى والحصى (شرباً) بالعسل فى المبرودين والسكنجبين فى المحرورين . ويستخرج منه دهن يسمى دهن الغار وزيته ينفع فيما ذكر نفعاً عظيماً ، والحب ينفع من السموم كلها . ويذهب أوجاع الظهر والمفاصل والنسا والنقرس والخدر ـ طلاء وسعوطاً ـ كيف استعمل .

العـــــرعـــــــر

هو السرو الجبلى أو السرو البرى.

يستخدم زيت العرعر كمطهر للمسالك البولية وتقوية مناعة الجسم وفى تدليك المفاصل المصابة بالروماتيزم . وإذا أحرق العرعر فإن دخانه يطرد الذباب والهوام . وهو ملطف ويدفع ضرر لسع الهوام . يشفى من السعال المزمن ، وأوجاع الصدر ، عن رطوبة وضعف المعدة والمغص والرياح وبرد الكلى وسيلان الرطوبة من الإحليل ، والبواسير ، ويقاوم السموم . وهو يخشن الصدر وتصلحه الكثيرا . ويقع فى الضمادات والغسولات ؛ فيقطع العرق ، ويشد البدن ، وشربته مثقال .

الزعفـــــران SAFFRON

يسمى « الكركم » (بالسريانية) ، وبالفارسية « كركيماس» ، ويسمى الزعبل ، والجساد ، والدلهقان ، وهو ينبت كثيراً بالمغرب وأرمينية اسمه العلمى : (CROCUS SATIVUS) من الفصيلة الصوسنية (FAM. IRIDACEAE) ومنه نوع معروف بالزعفران الإسبانى : (SPANISH SAFFRON) . وهو يقوى الحواس ، وفى الأكحال يحد البصر ويذهب الخفقان فى الشراب ، وفى دهن اللوز المر يسكن أوجاع الأذن (قطوراً) ، ويقوى المعدة والكبد ويذيب الطحال (شرباً) بنحو الكرفس ، ويُسكن ألم السموم ، وبالعسل يفتت الحصى ويحلل ويدر الفضلات ، ولا يجوز مزجه بزيت ولا كلخ فيضعف . ومع الفربيون يُسكن النقرس وأوجاع المفاصل والظهر (طلاء) . ويزيل الغشاوة والزرقة من العين (كحلاً) ويذهب القروح والجرب . وهو يحتوى على نوعين من الجليكوسيدات، وهى البكروكروكين -PICROCRO CIN التى ينتج عنها زيت طيار - إذا تحللت - وبها زيت ثابت . والكروكين CROCIN وهى المادة التى تعطى اللون الأصفر .

الجـــــــزر

نتيجة لدراسة علمية ميدانية قام بها مجموعة من العلماء والباحثين ثبت أن فيتامين (أ) الذى يستخلصه جسم الإنسان من الكاروتين ؛ يقى من الإصابة بالسرطان خاصة سرطان الرئة ؛ لأنه يساعد على نمو الأنسجة المبطنة لممرات الهواء فى الرئة . والجزر من أكثر الأغذية التى تحتوى على « الكاروتين » ويتبعه السبانخ ، والكوسة ، والطماطم ، والتفاح ، واللفت ، والقرنبيط .

والجزر المخلل مع الملح ينفع المعدة المؤلمة . والجزر مقو إذا طبخ بالسكر يكون أسرع هضماً ويسكن المغص .

قال عنه داود الأنطاكى : «معروف ينبت ويستنبت وهو برى وبستانى ، وأجوده المتوسط الحجم ، الأحمر الضارب إلى صفرة الحلو ، يقطع البلغم ، وينفع أوجاع الصدر والسعال والمعدة والكبد والاستسقاء ، ويدر ويفتت الحصى ، وإذا خلل ومُلّح لم يعادله فى تذويب الطحال غيره ، يورث الوجه حُمرة ، والمستدير منه المعروف عندنا بالشوندر أعظم فى ذلك ، وطبيخ أصوله يحلل الدم الجامد ؛ نطولاً ، والأورام الحادة

وبذره يدر البول جداً ، ويفتح السدد ويزيل اليرقان والبلة الغربية ووجع الظهر ، وجزء منه مع مثله بزر سلجم ؛ إذا حُشيا فى فجلة وشويت فتتت الحصى ؛ أكلاً وأزالت الحرقان وعسر البول . والجزر بأجمعه ينفع من الشوصة ووجع الساقين لكن بذره أقوى . وهو بطىء الهضم منفخ يولد رياحاً غليظة ويصلحه الأنيسون ـ (الينسون) ـ وصنعته ؛ أن يُعصر ويطبخ ويصفى ويغلى بعد التصفية حتى يبقى ربعه على التقديرين يُضاف إلى الماء مثل ربعه عسلاً ، وتودع الجرار مسدودة الرؤوس حتى ينتهى » .

جوزة الطيب (جوزبوا NUTMEG

نبات MYRISTICA FRAGRANSمن فصيلة -MYRISTICA CEAE.

« جوزبوا » يسمى « جوز الطيب » لعطريته ، ودخوله فى الأطياب ، وتحتوى بذور جوز الطيب على حوالى (5 ~ 15%) زيت طيار (VOLATILEOIL) الذى يحتوى على مادة (MYRISTICIN) وهى سامة ، ويحتوى على مادة (SAFROLE) ، ويوجد الزيت الطيار أحياناً على شكل بللورات تعرف بإسم « زبدة جوز الطيب » -NUT .MEG BUTTER

الفوائد الطبية لجوز الطيب :-

يقطع البلغم ، ويحلل صلابات الكبد والطحال والاستسقاء[١] واليرقان[٢] وعسر البول[٣] ، ويذهب البخر[٤] من الفم والمعدة ،

---

(١) الإستسقاء ؛ انصباب كميات من السائل المصلى فى جوف الغشاء البريتونى .

(٢) اليرقان ؛ مرض الصفراء .

(٣) عسر البول ؛ التبول بصعوبة وألم .

(٤) البخر ؛ رائحة الفم غير المستحبة .

وضربان المفاصل ؛ طلاء وشرباً . ويطيب رائحة العرق ، ويذهب الصداع وإذا دُق جوز الطيب وخلط به عسل نحل وبصل وملح ؛ كان صالحاً لعضة الكلب؛ ضماداً .

وإذا دُق ونخل واكتحل به ؛ نفع العين ، وقواها ، وزاد فى نورها . وجوز الطيب يصلح النكهة إصلاحاً لا يعدله فيه إلا المركبات الكبار . ويقوى فم المعدة فيمنع الغثيان والقىء ، ويجود الهضم .

قال ابن البيطار عن جوز الطيب : ـ « هى ثمار من أشجار دائمة الإخضرار وتزرع غالباً فى المناطق الحارة من جزائر الهند . ولها رائحة طيبة ومرارة ، ومنبهة تصلح المعدة ، وتخدر إذا أكثر منها . ويستخرج منها زيت « البهار » وإذا غُلى ـ جوز الطيب ـ فى الزيت وقطر فى الأذن ؛ نفعها . ولا يضر ولا يُسكر متى مُزج بالعسل » .

من فوائد نبات المازريون

قال أبو منصور بن مارية ـ (وكان من رؤساء البصرة) ـ :

« أخبرنى شيوخنا قال : كان بعض أهلنا قد استسقى وآيسوا من حياته ، فَحُمِلَ إلى بغداد وشاوروا الأطباء فيه ، فوصفوا له أدوية كبارا ، فعرفوا أنه قد تناولها ، فلم تنفع ، فأيسوا من حياته ، وقالوا : لا حيلة لنا فى برئه ، فسمع العليل ، فقال : دعونى الآن أتزود من الدنيا وآكل ما أشتهى ، ولا تقتلونى بالحمية ، فقالوا : كل ما تُريد ، فكان يجلس بباب الدار ، فمهما اجتاز به اشتراه وأكله ، فمر به رجل يبيع جراداً مطبوخاً ، فاشترى منه عشرة أرطال ، فأكلها بأسرها ، فانحل طبعه ، فقام فى ثلاثة أيام أكثر من ثلاثمائة مجلس ، وكاد يتلف ، ثم انقطع القيام ، وقد زال كل ما كان فى جوفه وثابت قوته ، فبرأ وخرج يتصرف فى حوائجه ، فرآه بعض الأطباء ، فعجب من أمره وسأله عن الخبر فعرفه ، فقال : ليس من شأن الجراد أن يفعل هذا الفعل ! ولابد أن يكون فى الجراد الذى فعل هذا خاصية ، فأحب أن تدلنى على صاحب هذا

الجراد الذى باعه لك ، فمازال فى طلبه حتى علم به ، فرآه الطبيب فقال له : ممن اشتريت هذا الجراد ؟ فقال ما اشتريته أنا أصيده وأجمع منه شيئاً كثيراً وأطبخه وأبيعه ، قال : فمن أين تصطاده ؟ فذكر له مكانا على فراسخ يسيرة من بغداد ، فقال له الطبيب : أعطيك ديناراً وتجىء معى إلى الموضع الذى اصطدت منه الجراد ، قال : نعم ، فخرجا وعاد الطبيب من الغد ومعه من الجراد شىء ومعه حشيشة ، فقالوا له : ما هذا؟ قال : صادفت الجراد الذى يصيده هذا الرجل يرعى فى صحراء جميع نباتها حشيشة يُقال لها : مازريون ؛ وهى من دواء الاستسقاء ، فإذا دُفع إلى العليل منها وزن درهم أسهله إسهالاً عظيماً لا يؤمن أن ينضبط ، والعلاج بها خطر ؛ ولذلك ما يكاد يصفها الأطباء . فلما وقع الجراد على هذه الحشيشة ، ونضجت فى معدته ، ثم طُبخ الجراد ؛ ضعف فعلها بطبختين ، فاعتدلت بمقدار ما أبرأت هذا » .

يتبين لنا من هذه الحكاية ؛ أن بعض الأعشاب قد تَضُر ؛ إذا لم تُعَالَج بصورة صحيحة ، ومن كل ما سَبَق يتعين علينا التعامل مع طب الأعشاب بطرق قال الأطباء العرب القدماء بأكثرها ؛ وبمزيد من البحوث والتجارب للوقوف على منافع كل عشبة وكل نبتة وتقدير الكمية المطلوبة منها للتأثير على هذا المرض أو ذاك وتعيين أصلح طريقة لتناول تلك العشبة أو ذلك النبات . ونذكر هنا بعض النصائح التى حددها الأطباء العرب :

١ ـ إذا كان الدواء كريه الطعم لا يتحمله المريض ؛ يُخلط بما يصلح طعمه .

٢ ـ المحافظة على الدواء بتوفير كافة الظروف التى تبقيه صالحاً لأطول فترة زمنية دون أن يفقد خصائصه وتأثيره .

٣ ـ التحكم فى مسار الدواء داخل الجسم ؛ فإذا كان الدواء يُراد له البقاء فى مكان ما فى الجسم قليلاً ليعمل عملاً فائقاً فيه ، ويكون هذا الدواء سريع النفوذ ؛ يُخلط بمثبط .

٤ ـ إذا كان الدواء أقوى فى مفعوله من المطلوب ؛ يُضاف إليه دواءً مفردا يُضعف من قوته وتأثيره .

٥ ـ إذا لم نستطع علاج مرض ما بدواء من المفردات ؛ فيتم خلط أكثر من دواء من المفردات بحيث تقابل فى مفعولها مرض المريض .

٦ ـ إذا كان الدواء أقل فى مفعوله من المطلوب ؛ يضاف إليه مفرداً أو أكثر ليقوى قوته .

٧ ـ إذا كان الغرض من الدواء ؛ أن يفعل فعلاً معنياً فى عضو أو موضع قريب من المعدة ـ مثلاً ـ ويُخاف أن يكسر الهضم الأول أول الهضم الثانى (أيض الأدوية أو الهضم المعروف بالتأثير البادىء FIRST PASS EFFECT) أو غيرهما ؛ يُقرن الدواء بحافظ غير منفعل يصرف عنه عادية الهضمين أو غيرهما من أسباب ؛ حتى يصل الدواء إلى الموضع المحدد سالماً ، ولكى لا يُحدِث الدواء تأثيرات جانبية (SIDE EF-FECTS) ضارة فى عضو من الأعضاء السليمة .

فضل التطبب بالأعشاب
على التطبب بالأدوية الكيميائية

الأعشــــاب	الأدويـة الكيميائية
١ ـ رخيصة التكلفة ومن السهل الحصول عليها ـ (مجاناً فى بعض المناطق)	مرتفعة التكلفة وهى تجارة رائجة أحدث بها الغرب «استعماراً دوائياً» لدول العالم الثالث .
٢ ـ ليست لها تأثيرات جانبية تُذكر ؛ خاصة إذا أحسن إستخدامها وتقدير الكمية المطلوبة منها لشفاء مرض بعينه .	مفعمة بالأضرار الجانبية الخطيرة والتى قد تكون أشد ضرراً من المرض الذى تؤخذ من أجله ؛ رغم اتباع كل النصائح المرفقة معها .
٣ ـ لا تؤلم المريض ؛ إذ أنها تؤخذ عن طريق الفم كالطعام والشراب ، أو كمروخ ودهانات وغيرها .	تؤلم المريض ـ خاصة الأطفال ـ إذ أنها لكى تكون مؤثرة فيجب أن تؤخذ عن طريق الحقن .
٤ ـ الإعشاب عبارة عن أدوية مفردة يتقبلها الجسم	أدوية مركبة غريبة يتقبلها الجسم بصعوبة .

ويمتصها بسرعة وبصورة طبيعية .	
٥ ـ العشبة الواحدة تكاد تكون صيدلية كاملة وعلاجاً ناجعا لأمراض شتى .	الدواء الواحد لا يصلح إلا لمرض واحد .
٦ـ معظمها غذاء يفيد الجسم .	لا غذاء فيها
٧ ـ لا تضر البيئة ؛ بل تفيدها من نواحى كثيرة .	التخلص من التالف منها ، ومن النفايات الناتجة عن تصنيعها ؛ يلوث البيئة ويضر بكل الكائنات الحية .
٨ ـ يسهل الاحتفاظ بها وتعمر زمناً طويلاً .	تحتاج إلى شروط كثيرة لتخزينها وكثيراً ما تتلف من سوء التخزين ، أو لإنتهاء فترة صلاحيتها .
٩ ـ ليست لها تفاعلات بينية INTERACTIONS	تتفاعل الأدوية مع بعضها البعض فتحدث آثاراً ضارة ، ومعظمها يصعب التنبؤ به .
١٠ ـ تحفظ الصحة ، وتعمل على تأخير الشيخوخة وعشبة الجنسنج الصينية مشهورة بذلك .	تتلف أشياء أثناء إصلاح شيء ؛ انظروا إلى آثار العلاج الكيميائى على مريض بالسرطان

﴿ وشهد شاهد من أهلها ﴾

أضرار الأدوية الكيميائية

نشرت مطابع جامعة كاليفورنيا ـ فى الولايات المتحدة الأمريكية ـ

UNIVERSITY OF CALIFORNIA PRESS.

كتاب : « PRESCRIPTIONS FOR DEATH DRUGGING OF THE THIRD WORLD"

بمعنى : « وصفات من أجل الموت لتسميم العالم الثالث » . لثلاثة من المؤلفين ، وهم : الأمريكى « ميلتون سيلفرمان » والأمريكى « فيليب لى » والهولندية « ميااليديكر » .

قالوا فيه ان الأدوية تتدفق على العالم الثالث ، (وهى أدوية كيميائية ضارة أو شديدة الخطورة ؛ نتيجة لآثارها الجانبية المتعددة) من الغرب . وكثير من هذه الأدوية محظور استخدامه فى الغرب ، أو هى منتجات جديدة تُطرح فى العالم الثالث لتجربتها على المرضى ـ كفئران تجارب ـ أو أنها أدوية منتهية الصلاحية ، أو قاربت مدة صلاحيتها على الإنتهاء ، وهى فى أحسن الأحوال أدوية لا فائدة منها . والعالم الثالث يُعتبر مقلباً لنفايات مختبرات الأدوية الكيميائية الغربية .

داء الـــدواء !

وتقول الدكتورة « ميااليديكر » ؛ نقلاً عن طبيب أفريقى : « يموت (10%) من الأطفال فى العديد من بلداننا ـ من الأطفال المصابين بالحصبة ـ نتيجة للتلقيح ؛ أحيانًا لأن سوء التغذية يمنع أجسادهم من تطوير القدرة المناعية ، وأحياناً لأننا نضطر إلى استخدام لقاح إن لم يكن فقد صلاحيته فى بلد المنشأ . . فإنه يكون فقدها أثناء التخزين والنقل هنا » .

وإستناداً إلى « منظمة العمل الصحى الدولية » (HAI) نجد أن (73%) من مضادات الإلتهابات عديمة الفائدة .

ويقول كتاب « الوصفات البريطانية » الوطنى : أن (85%) من الأدوية المضادة للإسهال ـ التى يلفظها الغرب فى إفريقيا ـ « لا يمكن أن يوصى بها لهذا المرض » .

وأن (30%) من الأدوية المطروحة فى العالم الثالث عبارة عن مركبات متعددة الفيتامينات ومسببة للنحافة ، وهى وإن كانت ذات فائدة فى الغرب فلا فائدة منها فى دول العالم الثالث . بالإضافة إلى أن أثمان تلك الأدوية يُقتطع من ثمن الغذاء الضرورى فى بلدان العالم الثالث .

وقـال هؤلاء الأطباء أن كثيرا من الأدوية لا يتم ذكر العديد من أضرارها فى النشرات التى توزع معها ، فعلى سبيل المثال : دواء «الأمينوبيرين » لا يرد فى تعليماته أنه يؤدى إلى الحمى اللاحبيبية (AGRANULOCYTOSIS) .

وأن دواء « ديفينوكسيلات » لا يرد فى تعليماته أنه ممنوع على الأطفال .

ولا يتم ذكر الأضرار الجانبية « للكلونيدين » الذى يتسبب فى أنواع من النزف الدماغى .

ولا يتم ذكر الأضرار السمية « للأمبيسيلين » ، وغيرها من الأدوية ، ونجد أن دواءً مثل « كليوكينول » أُنتج أساساً لعلاج الدوستاريا الأميبية، وطرح فى الأسواق ، وعندما استخدم فى اليابان أدى ـ نتيجة لآثاره الجانبية ـ إلى إصابة أكثر من (10) آلاف مريض ؛ بمرض إضافى وهو مرض (SMON) بمعنى : « الاعتلال العصبونى البصرى العسلى شبه الحاد » وتم مُقاضاة الشركة المنتجة للكليوكينول ، وحكم عليها بغرامة (500) مليون دولار بالإضافة إلى تقديم الشركة اعتذارا شخصيا لكل مريض تضرر من الكليوكينول . وتم سحب الكليوكينول من أسواق الولايات المتحدة الأمريكية ولكنه تُرِك فى العالم الثالث لُيباع على أنه مضاد للإسهال .

وكذلك المضاد الحيوى المسمى « كلورامفينيكول » الذى عُرف منذ الخمسينيات بمجموعة من آثاره الجانبية الخطيرة ومنها فقر الدم اللانموى (APLATIC ANEMIA) . وهو لا يستخدم فى الغرب إلا فى الحالات المرضية الخطيرة ورغم ذلك فهو يباع فى دول العالم الثالث ـ بيرو على سبيل المثال ـ بدون نشرات على أنه دواء مضاد للإسهال أيضاً .

وكثير من الأدوية تُرفق معها نشرات تختلف صيغتها إذا طرحت فى الغرب عن صيغتها إذا طُرحت فى أسواق العالم الثالث ؛ حيث يتم إغفال الكثير من الأعراض الجانبية الضارة مثلاً : « التيتراسيكلين » الذى يُحدث أضراراً بالكبد والكلى . و « اللينكوميسين » الضار جداً للقولون . وكثير من المضادات الحيوية لها أضرار متعددة وبعضها عديم النفع .

خاتمة

وبعد كل ما قدمناه ـ وهو غيض من فيض ـ من الأدلة من القرآن الكريم ومن أحاديث الرسول ـ ﷺ ـ الذى قال عنه الله سبحانه وتعالى :

﴿ مَا ضَلَّ صَاحِبُكُمْ وَمَا غَوَىٰ * وَمَا يَنطِقُ عَنِ الْهَوَىٰ * إِنْ هُوَ إِلَّا وَحْيٌ يُوحَىٰ * عَلَّمَهُ شَدِيدُ الْقُوَىٰ * ذُو مِرَّةٍ فَاسْتَوَىٰ * وَهُوَ بِالْأُفُقِ الْأَعْلَىٰ * ثُمَّ دَنَا فَتَدَلَّىٰ * فَكَانَ قَابَ قَوْسَيْنِ أَوْ أَدْنَىٰ * فَأَوْحَىٰ إِلَىٰ عَبْدِهِ مَا أَوْحَىٰ ﴾ [سورة النجم آية ١٠] .

ومن التراث ومن أقوال الحكماء والأطباء قديماً وحديثاً ، ومن تجارب معملية أثبتت نتائجها فوائد النباتات والأعشاب كغذاء وكدواء . فليس هناك مجال للشك فى حقيقة العلاج بالأعشاب ، وأنه حقيقة وليس وهما كما يظن البعض .

وصيحات الرفض التى تنطلق كل آن وأخر تصدر من الأطباء ـ والتأييد يأتى من الأطباء أيضاً ـ وهم فى حقيقة الأمر يقولون نعم لطب الأعشاب ، ولا لطب العطارين ، فكل يوم تتأكد حقيقة وتظهر فائدة لعشبة من الأعشاب وبمرور الوقت تزداد قيمة الأعشاب وترجح كفتها مقابل الأدوية الكيميائية وهى فى كثير من الأحيان الحل الأخير حينما

تعجز العلاجات المعروفة ، والأطباء الذين يعارضون يعرفون أنها علاج مكمل للطب الكيميائى حاليا ، ولكن لن نلبث إلا قليلاً - مع مزيد من التجارب والأبحاث على الأعشاب - حتى نرى أن الأدوية الكيميائية هى المكملة للتطبب بالأعشاب ، وأن طب الأعشاب يسود والطب الكيميائى ينحسر .

ملحق بالمكاييل والأوزان

الدرهم = (5) دانق = ± (3,5) جم

الدانق = ($\frac{1}{6}$) درهم = ($\frac{1}{4}$) درهم (عند اليونانيين) = (3) قراط ± 0,5 جم

أوقية = (6) مثقال = أونس

المثقال = (10/7) درهما = (4,4) جم = (20) قيراطا

القيراط = (4) شعيرات

الإستار = (4) مثاقيل = (6) دراهم + (2) دانق

الرطل = (12) أوقية = (130) درهما ؛ (بالبغدادى)

الصاع = (10) أقساط

القسط = (3) أرطال أو (4) أرطال = (20) أوقية

القسط الرومى = ($1\frac{1}{3}$) رطل .

البندقة = (1) مثقال = (1) درخمية

الدرخمى = (1) مثقال = (6) أوبلات

الجوزة = (7) مثاقيل

الدورق = (2) رطل ؛ (بالبغدادى)

الحبة = ($\frac{1}{4}$) قيراط (+) 0,2 جم

ملحق بأسماء بعض النباتات والاعشاب

المَازَرْيوُن = أسد الأرض = السُّبيعة وهو الخامالاء أو الغَريرا .

الرازايانَج = الشمَّر أو الشَّمار

الفَنَا = عَنب الثَعلب

البُسْرِ = الرُّطَب

البابونُجَ = تُفَّاح الأرض

الرازايانَج الرومى أو الشامى = الينسون

البقلة الحمقاء = الرجلة = البقلة المباركة = البقلة الزهراء

البندورة = الطماطم = الطماط

الشلجم = اللفت

القرطم = العصفر

الرقى = البطيخ

الملفوف = الكرنب

الشمندر = البنجر

الرويد = الفجل

الخرنوب = الخروب المعروف

الشونيز = حبة البركة

البُر = الحنطة

البازيلا = البسلة

الطروح = القثاء = الفقوس

يُورَش = قشر الرمان

ملحق بأسماء بعض الأمراض

السعال = الكحة

القلاع = قروح صغيرة فى الغشاء المخاطى المبطن للفم

البهاق = الجلد يصاب فه بداء يقضى على الأجسام الصبغية .

الاستسقاء = انتفاخ البطن نتيجة لإنصباب سائل مصلى فى الغشاء البرتونى للأمعاء

اليرقان = مرض الصفراء

النملة = مرض جلدى يُعرف بالإكزيما

الفالج = الشلل النصفى

القولنج = إلتهاب حاد فى القولون

الرعاف = النزيف الأنفى

الثآليل = (جمع ثألول) وهى السنط أو السنطة

الشقيقة = الصداع النصفى

الفواق = الزغطة

السل = مرض الدرن

الثعلبة = داء الثعلب ؛ وهو مرض جلدى يصيب بقعاً معينة من فروة الرأس فيسقط الشعر منها .

المبطون = المصاب بداء البطن (الإسهال)

البثور = الخراج الصغير بالجلد (جمع بثرة)

القوباء = القُراع الانجلزى (جمعها ؛ قوابى)

النسا = الألم الوركى الناتج عن إنضغاط الضفيرة العصبية العجزية (عرق النسا) .

الحزاز = القراع الانجليزى

الفهـــرس

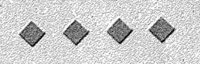
﴿ سبحانك لا علم لنا إلا ما علمتنا
إنك أنت العليم الحكيم ﴾

سورة البقرة

رقم الإيداع : ٩٥٦٩ / ٢٠٠٠

I.S.B.N: 977 - 01 - 6724 - X





هذا هو العام السابع من عمر «مكتبة الأسرة» .. ومنذ سنوات طوال لم يلتف الناس حول مشروع ثقافى كبير كما التفوا حول هذا المشروع الثقافى الضخم حتى أصبح مشروعهم الخاص، وطالبوا باستمراره طوال العام. واستجبنا لهذا المطلب الجماهيرى العزيز إيمانًا منا بأهمية الكتاب؛ وبالكلمة الجادة العميقة التى يحتويها؛ فى إعادة صياغة وتشكيل وجدان الأمة واستعادة دورها الحضارى العظيم عبر السنين.

لقد استطاعت «مكتبة الأسرة» .. أن تعيد الروح إلى الكتاب مصدراً هاماً وخالداً للثقافة فى زمن الإبهارات التكنولوجية المعاصرة.. وها نحن نحتفل ببدء العام السابع من عُمر هذه المكتبة التى أصدرت (١٧٠٠) عنوانًا فى أكثر من «٢٠ مليون نسخة» تحتضنها الأسرة المصرية فى عيونها وعقولها زاداً وتراثًا لايبلى من أجل حياة أفضل لهذه الأمة.. ومازلت أحلم بكتاب لكل مواطن ومكتبة فى كل بيت.

سوزان مبارك



